

# 大人のコース

## 1カ月おためし

一ヶ月間 大人対象の全てのコースをお試しいただけます



泳げなくても大丈夫！

### 泳ぐコース

初級から上級に分かれてレッスンをおこないます

スイミングコース	
曜日	時間
月・火・木・金	AM10:45~12:00
月・水・金	PM 7:15~ 8:30
土	AM 8:45~10:00

一ヶ月間  
何回来ても

# 4,950円

### 歩くコース



ウォーキングコース	
曜日	時間
火~金	PM 1:30~ 2:15

負荷の少ない水中運動で、運動不足解消・  
姿勢改善に！

### フリーコース



ご自分のペースで思いっきり泳げます

フリーコース	
曜日	時間
火・水・金	PM 1:30~ 3:00
木	PM 1:30~ 2:30

## 大人1カ月お試し 申込書

No( )

ふりがな 名前	男女 男 女	血液型	生年月日 西暦 年 月 日			備考欄
住所	〒	電話 ご本人 緊急連絡先	-	-	-	
現在かかっている病気や服薬があればご記入ください 病名 症状・治療状況	水泳を習った経験 あり・なし		受領印			

※受講料(現金)を添えてお申込みください。※お申込み後の受講料は理由の如何に関わらず、ご返金できません。