

6ヶ月から
始められる!!

親子ベビー

お子様の体力作り、お母さんの産後のシェイプアップ。水を通しての親子のコミュニケーション作り。お友達作り、情報交換の場等、ベブイスイミングは良いところがいっぱい!!

曜日	時間	月会費
水	10:30~11:30	週1回 6,600円
土	12:30~13:30	週2回 7,590円

3歳~未就学児対象!
進級テスト無しの水なれクラス!

キンダーコース

曜日	時間	月会費
土	①11:00~11:40 ②12:50~13:30	6,600円

3歳~小学生対象

ジュニアスクール

●水なれ~クロール・背泳ぎ・平泳ぎ

進級システムがしっかりしていることで子ども達は成功や失敗を経験して困難を乗り越えて

欠席しても安心
の振替制度有!

2時間目以降は
無料送迎バス
運行しています!

泳力別班分けて
お子様に合った
指導を行います!

曜日	時間	月会費
火~金	14:50~16:00	(火~土) 週1回 9,240円
	15:50~17:00	
	16:50~18:00	
土	08:50~10:00	(火&木・火&金・水&金 水&土・木&土) 週2回 11,440円
	09:50~11:00	
	10:50~12:00	
	13:50~15:00	

JSS部

ジュニアスクールの時間で通える

月会費
週1回 5,390円
週2回 6,490円

選手・育成コース

たくさんの大会に出場して、自分の可能性を引き出そう!!

曜日	時間	月会費
火~土	フロントへ お問い合わせ下さい。	週5回 13,420円

・・・月会費以外で掛かる費用・・・

入会金(初回のみ) 2,200円

年会費(一年毎) 3,300円

暖房費(11月~4月) 週1回 330円

週2回以上 550円

休会費 (通年) 1,760円

指定用品(ジュニアスクール)

詳細は別紙にてご確認下さい。

※※※ 金額は税込み価格となっております ※※※

50歳からでも遅くない！ 大人のスイミング教室

JSSの競泳テクニックを大人向けにアレンジしております。
最新の泳法理論を応用しておりますのでご安心下さい。
初心者の方から競技志向の方まで様々なニーズに対応します！
1班10名程度の少人数制のグループレッスンです。
レッスン時間以外は自由遊泳となっております。

初級グループ

水慣れ
初級泳法

中級グループ

中級泳法
ターンの基本

上級グループ

4種目の泳法クリニック
プチトレーニング

曜日	時間（レッスン）
火	10：45～13：15（11：15～12：15）
水	19：10～21：30（19：50～20：50）
金	10：30～13：15（11：15～12：15）

週1回 **6,820円**
週2回 **10,010円**

大人のスイミング教室を受講の方は、
月会費に2,200円追加で
ひめトレ・水中体操・水中ウォーキング
も受講できます。

健康維持&増進プログラム

骨盤底筋を鍛え、肩こり！肩甲骨回りスッキリ！
ぽっこりお腹も引き締まる！
スティックや水中バイクやトランポリンで楽しく
歩く美人・姿勢美人スタイル美人になりましょう♪

ひめトレ&水中体操

曜日	時間	月会費
金	10：00～11：00	7,590円

バイポーン&ウォーク

曜日	時間	月会費
火	10：30～11：00	6,490円

水中ウォーキング

曜日	時間	月会費
火	12：30～13：15	5,940円

競泳志向の大人の為のプログラム

マスターズコース

曜日	時間	月会費
木	20：30～21：30	6,490円

ココロもカラダも
キレイに☆

ヨガ教室

曜日	時間	月会費
木	11：00～12：00	6,490円
	18：40～19：40	

入会手続き・お申込み方法

- ①手続きに必要なものをご用意下さい。
 - ・入会金 2,200円 ・初年度年会費 3,300円 ・初回月会費（各クラスでご確認下さい）
 - ・暖房費（11月～4月）・顔写真（証明写真サイズ。スナップ写真でも可）
 - ・指定用品代（ジュニアスクールのみ）
- ②申込用紙に必要事項をご記入の上、フロント窓口にてお手続き下さい。
- ③手続きが終了次第、その日からご利用できます。説明等にお時間いただきますので早目にお越し下さい。

※※※ 金額は税込み価格となっております ※※※