

# 秋の入会キャンペーン!



入会特典

ベビー  
キンダー・ジュニア  
大人

入会金

0円

## 指定用品プレゼント

ベビー  
キンダー・ジュニア  
大人

水着・キャップ  
キャップ・Tシャツ・バッグ・水着50%OFF  
ゴーグル・キャップ

※ご入会時に写真2枚(スナップ可2.5cm×3.0cm)、年会費3,300円(税込)、初回月会費、指定用品(男子1,870円(税込)~女子1,925円(税込)~但しベビー、成人クラスを除く)が必要となります。又、6ヶ月以上在籍されることが条件となります。6ヶ月未満で退会される場合は特典分をお支払い頂くこととなります。退会后6ヶ月未満の方は対象外とさせていただきます。

ベビー・ジュニア

### 本科コース

対象	練習日	料金	
3歳~小学生未満	土	週1回 7,700円	
3歳~小学生	火~金(週1回)	週1回 7,700円	
	火・金(週2回)	週2回 9,350円	
小学生~中学生	火~金(週1回)	週1回 7,700円	
	火・金(週2回)	週2回 9,350円	
	土(週1回)	14:00~15:20	週1回 7,700円
		15:00~16:20	
3歳~中学生	日	週1回 7,700円	
	9:10~10:30 10:10~11:30		

### ベビーコース

対象:6ヶ月~3歳未満

料金	練習日
週2回 5,610円	水・土 10:45~11:45

### キンダーコース

対象:2歳~小学生未満

料金	練習日
週1回 5,060円	火・金 15:35~16:20

### JSS部

対象:中高生

料金	練習日
無制限 6,820円	お問い合わせください

## 自然に身体が活発になるスイミングは何歳からでもチャレンジ出来ます!!

水泳は年間を通じて、年齢や性別にかかわらず、だれもが体力に応じて楽しみ、健康と体力づくりに大きな効果が期待できる運動です。皆様の健康状態・目的に合わせたプログラムがきっと見つかります!!

### レディース(L)/成人(H・G)

フリーもご利用できます



初心者から競技に出場できる方まで、水泳を通して健康・体力づくりを目指します!

クラス・回数	日程	月会費
L-1・月4回	火・水・金 13:15~14:15	7,480円
L-2・月8回		8,580円
L-3・無制限		9,350円
H	木 14:00~15:00	7,480円
G-1・月4回	火・木 19:45~21:00 土 19:30~20:45	8,580円
G-2・月8回		10,010円
G-3・無制限		10,450円
GL	火~土 お問い合わせください	11,660円

### マスターズ

フリーもご利用できます



マスターズ競技会出場に向けて、4種目の練習やスタート・ターン練習もしていきます。4種目25~50m・100m個人メドレーが泳ぎできる方が対象です。

クラス	日程	月会費
M	土 11:50~12:50	7,480円

### アクアビクス(男・女)

フリーもご利用できます



音楽に合わせて楽しく身体を動かすエクササイズです!

クラス・回数	日程	月会費
W 無制限	火・水・金 12:10~12:55	7,480円
	日 12:30~13:15	
	木 13:00~13:45	
O 無制限	火・水・金 12:10~12:55	8,580円
	日 12:30~13:15	
	木 13:00~13:45	
	水・金 20:05~20:50	

### アクアスティックマジック

フリーもご利用できます



水中でスティック(棒)を使いながら音楽に合わせているような運動をします!

クラス	日程	月会費
Q	火 14:20~15:00	6,160円

### 水中健康運動

フリーもご利用できます



水の特性を最大限に活かし、腰痛・膝痛改善、血行促進を促します。顔を水につけることがないので初心者の方にお勧めのコースです!

クラス・回数	日程	月会費
P-1・月4回	火・木・金 11:00~12:00	7,480円
P-2・月8回		8,580円
P-3・無制限		9,130円

### フリー 無制限



自分のペースで泳ぎたい方やまずは歩くことから始めたいという方にお勧めのコースです!

クラス	日程	月会費
J-1	火~金 12:00~15:00	5,170円
J-2	火~金 19:20~21:00	5,500円
	土 18:45~20:45	
J-3	火~金 12:00~15:00	5,720円
	土 19:20~21:00	
J-4	土 18:45~20:45	2,530円
	日 12:30~15:00	

### 健康運動教室~姿勢改善~



水の中に入らずトレーニングルームで転倒防止・認知機能の低下・体力作りなどストレッチを混ぜながら楽しく身体を動かしていきます。

クラス・回数	日程	月会費
R-1・月4回	水・木 12:20~13:00	3,740円
R-2・無制限		4,840円

成人

通常コースのご案内

コースの組み合わせも可能です