

コース選びに悩んでる方へ!! ピッタリのコースをお調べします♪

大人のコースご希望の方は
こちら



3歳以上で子供のコース
ご希望の方はこちら



生後6か月～4歳
までのコースご希
望の方はこちら

水に顔をつけるのは少し
抵抗がある・・・



ジュニアコース
3歳以上のお子様を対象
JSSの進級基準にのっとり、毎月行う進級テストで
の合格を目指します。
水慣れから4泳法を習得の後、スーパーマーリンに
なると合格タイムを目指し、
よりキレイな泳ぎの習得を目標とします。

Go!!

Go!!

Go!!

Yes!!

No!!

進学

推薦

歩いて健康コース・水中筋トレコース
・体幹トレーニングコース
水に顔を付けるのは嫌だけどプールで運動
したい方はこちら
水の特性を利用し水中歩行を行います!!
コースによっては少し強度を高めたレッスンも♪

ゆうゆう・成人コース
これから泳ぎを習得したい方はもちろん、
よりキレイなフォームを習得したい方や、
もっと泳ぎこみたい方はこちら
初級・中級・上級とレベル別のレッスンを
行います!!
初級:水慣れから泳ぎの習得を目指します。
中級:キレイなフォーム習得を目指します。
上級:より泳ぎこみながらレベルアップ♪

中学生になるけどもっと
水泳を続けたい

強化コース
ジュニアコースから推薦された方が対象
競泳の基礎はもちろん、挨拶・礼儀を徹底し
て行い、競技力向上を目的としたコースで
す。
ジュニアスイマーコース・育成コース・
選手コースとございますが、上位大会を
目指し日々練習します。

**各コース
1回無料体験
レッスン実施中!!**

ハツラツコース
水中ウォーキングとスイムレッスンを組み合わせた
コースはこちら
40分水中歩行、20分スイムレッスンを行います。
泳ぎの登竜門にうってつけ♪

JSS部(金曜18:45～19:45)
12歳～22歳までの学生さんが対象
風邪を引きにくくなったし、健康の為に
水泳は辞めたくない・・・そんな方におススメ!!
泳ぎのレベルアップにも是非♪
進学して水泳部に入りたい方だけでなく、他の
部活動と併用して通っている方もいます。



**ぴったりのコースは
見つかりましたか?**

ベビーコース(月・水・木・金)	キッズコース(水・金)
生後6か月～3歳までのお様が対象 おうちの方と一緒にレッスンすることにより、 スキンシップ効果があります。 風邪を引きにくく、喘息の発作などの 改善を目的にする方も♪	2歳半～4歳までのお様が対象 おうちの方から離れる第一歩! 最初は泣いていたお子さんも、次第に笑顔 でおうちの方へ手を振る様子も♪ 幼稚園や保育園に入る前の練習に!!

さらに詳しい時間などは料金表・お電話でご確認ください。