



■ 水中健康運動コース

○ 曜日・時間帯・月会費

月・金	13:15～14:00
水	11:15～12:00
月会費	6,800円（別途消費税 544円）

○ 内容



【泳がないので安心♪】
 ・水中での歩行・体操
 ・簡単な筋力トレーニング
 ・レクリエーション

○ 女性限定！【ひめトレ】 月曜 12:45～13:00
 ※ 別途、ひめトレポールの購入が必要です。
 詳しくは、フロントまで。

○ 無料送迎バスあります！
 ※ 婦中方面
 詳しくは、フロントまで。

■ フリーコースのご案内

○ 大人会員の方であれば、下記の時間内にて
 ご自由にプールをご利用頂けます。
 曜日【月曜日・水曜日・金曜日】
 時間【 11:00～14:00 】

■ ご入会に必要なもの

- 入会金 2,000円（別途消費税 160円）
- 年会費 3,000円（別途消費税 240円）
- 初回月会費 1ヶ月分
- 写真2枚（スナップ可）
- 印鑑
- ※ 年会費は修繕費・情報管理費としていただいております。

■ 体験(有料)も実施しております

『体験料』 500円(税込)
 ※お一人様、一回まで。



■ レディースコース・成人コース

○ 曜日・時間帯(体操10分間含む)

レディース コース	月・金	11:10～12:20
	水	13:00～14:10
成人 コース	月・水・金	19:40～20:50

○ 月会費

週1回	6,800円（別途消費税 544円）
週2回	7,300円（別途消費税 584円）
週3回	7,800円（別途消費税 624円）

※授業の曜日を指定してください

○ 内容

初級	初めての方～クロール・背泳ぎを目標
中級	平泳ぎ・バタフライ・ターンなどを目標
上級	4種目・泳力アップ・スタートなどを目標

○ 振替について

週1回、2回を選択の方は月に2回まで欠席
 された授業の振替が可能です。
 (フロントにて申込必要です)

