

夏の短期水泳教室

3日間コース

対象 幼児から中学生
4泳法取得者対象外

受講料 **5,940円(税込)**

早割

6月中の申込みで
30%OFF!
4,158円(税込)



コース	期 間	時 間	定 員
1A	7月22日(火)～7月24日(木)	9:45～11:00	各コース 30名
2A	7月29日(火)～7月31日(木)		

- 各コース体操15分水中60分になります。
- 送迎バスについての詳細はお問い合わせください。

1ヶ月短期教室 7・8・9月

7月4回・8月3回・9月3回又は4回

曜日指定制

受講料 **4回 8,360円(税込) / 3回 6,270円(税込)**



対 象	時 間	定 員
3歳以上の 未就学児	15:15～16:30 (火～金曜日)	各時間 5名
3歳～小学生	10:00～11:15 (土曜日)	
	11:00～12:15 (土曜日)	
小学生～	16:15～17:30/17:15～18:30 (火～金曜日)	
	9:00～10:15 (土曜日)	

- 通常の授業内で受講していただきます。受講したい曜日と時間帯を選択してください。
- 各クラス体操15分、水中60分になります。

レッスン最終日には**プールサイド参観**を行います。
ぜひご覧ください!! (時間指定)

入会特典

短期教室受講後
のご入会で
入会金

0円

指定用品プレゼント!!

ベビー 水着+アームヘルパー

ジュニア・キンダー 水着

その他ベビーコースはキャップ(990円)が必要となります。
キンダー、ジュニアコースは指定用品のキャップ、バッグ、Tシャツ(5,205円～)が必要となります。

さらに! 短期教室受講後
3日以内のご入会で

ベビー

**指定用品全て
プレゼント!!**

キャップ+水着+アームヘルパー

キンダー
ジュニア

**指定用品2点
プレゼント!!**

水着+キャップ

特典申込期間
9/30(火)まで

※ご入会時に写真2枚(スナップ可2.5cm×3.0cm)、初回月会費、指定用品が必要となります。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になります。退会后、6ヶ月未満の方は対象外とさせていただきます。

ジュニアコース

本科週1回
コース

火 水 木 金 土

料 金 **7,700円(税込)**

本科週2回
コース

火・金 水・土

料 金 **9,240円(税込)**

JSS部

回数無制限 **9,020円(税込)**

回数8回 **8,470円(税込)**

回数4回 **7,920円(税込)**

ベビーコース

水・土

料 金 **5,500円(税込)**

チアダンス

土曜日

料 金 **7,370円(税込)**

キンダーコース

木 14:45～15:15

料 金 **4,400円(税込)**

その他、コーチ推薦による
選手・育成コースもあります。

成人コースレッスン



スイム

初心者から上級者までレベルに
応じての水泳指導を行います。



ウォーキング&ジョギング

水中で歩きながらのゆったり運
動です。脳に刺激を与える運動も
取り入れています。



アクアビクス

音楽が流れる中での有酸素運動
で心も身体もリフレッシュ!!
シェイプアップにも効果的です。

プールレッスン

スタジオレッスン



マットボディメイキング

主に体の機能改善を目的としたトレ
ーニングを行います。機能向上すること
で風邪の予防などにも役立ちます。



体幹トレーニング

体の中心にある腹筋・背筋、及び
その周辺の筋肉を鍛えます。



ヨガ

深い呼吸とゆったりと体を伸ば
す運動で体の中から温まります。



ストレッチ

体の柔軟性を高めて運動に必要
な可動域を広げます。



エアロビクス

リズムに合わせて楽しく運動しま
す。ダイエットにも効果的です。



フラダンス

心地よい音楽と共に南国のダン
スを楽しみます。

