

第3期スクールのご案内

※レッスンスケジュールや各スクールの要綱はHPをご確認ください。
※別途保険料が必要になります。

キッズスイミング(年少~中学生)

全8回 8,800円(税込)
泳ぎの基礎から4泳法を練習していきます
レベルに応じた級で対応クラスが別れています



選手・育成スイミング(小学生~大学生)

全32回 25,000円(税込) or 全8回 8,800円(税込)
大会出場を目指す学生を対象として
専門的な指導でタイムアップを目指すクラスです

土曜日の水泳教室

(年少~年長・10:20~11:20
小学生・11:30~12:30)

1回 1,500円(税込)

まだ水に慣れていない
お子様向けの教室です
未就学児と小学生で
時間とクラスを分けています
都度参加の教室につき、事前予約をお願いします



キッズ運動教室(年少~小学2年生)

全8回 5,600円(税込)

遊びの要素を取り入れた運動を行いながら
身体を動かす楽しさやお友達との協調性を育む
お子様向けの教室です



運動能力養成塾(小学1年生~小学4年生)

全8回 5,600円(税込)

走る・投げる・跳ぶなどの
基礎的な運動能力の向上を目指して、
様々な運動を行うお子様向けの教室です



新規入会の方は申込用紙に必要事項を記入し
受講料を添えて窓口でお申込ください

大人スイミング(高校生以上)

全8回 9,800円(税込)
初めて水泳をはじめる方から4泳法まで
レベルごとにクラス分けして指導します



トレーニング教室(18歳以上)

全8回 6,000円(税込)
トレーニング経験の少ない方を
対象とした教室で、
基礎的なトレーニングの方法や
筋力アップ・脂肪燃焼に繋がる
グループレッスンなども行います
初心者の方も大歓迎!!



フィットネススクール(中学生以上)

全8回 6,000円(税込)
ヨガ・ピラティス・ZUMBAなどの
スタジオレッスンプログラムです

月	火	水	木	金	土
デトックスヨガ 10:00~11:00		ピラティス 10:00~11:00		かんたんステップ 10:00~11:00	
		はじめてピラティス 11:15~12:15		いきいき元気体操 11:30~12:30	
		シニア向け健康教室 13:00~14:00	シェイプアップファイト 13:00~14:00		
		デトックスヨガ 18:00~19:00	ZUMBA 18:15~19:15	ZUMBA GOLD 18:50~19:50	ZUMBA 19:00~20:00
夜のリラックスヨガ 18:50~19:50			ピラティス 19:30~20:30		
自力整体 20:00~21:00		ZUMBA 20:00~21:00			

シニア向け健康教室(65歳以上)

いきいき元気体操(中学生以上)

全8回 5,600円(税込)
ストレッチや筋力トレーニング等の体操を
わかりやすく解説しながら行います

カラダを動かして
ジブンを変える

トレーニング応援
キャンペーン
2025/7/16~9/30

参加料
1,000円

目標達成で
トレーニング1ヶ月定期を
プレゼント
詳しくはHPをチェック!



LINEお友だち
登録はこちら▶▶▶

施設公式LINEに
お友達登録すると、
最新情報をチェックできます!

