RENAISSANCE

スイミングスクール

開講スケジュール

2026.10現在

	月	火	水	木	金	土	日
9:00	休館日					幼児・小学生コース 9:00～10:00 対象：10B級～3級	小学生・中学生コース 9:00～10:00 対象：7B級～S級
10:00						幼児・小学生コース 10:00～11:00 対象：10B級～3級	幼児・小学生コース 10:00～11:00 対象：10B級～3級
11:00		親子ベビーコース 10:30～11:20	成人コース (初級) 10:30～11:30	成人コース (初級) 10:30～11:30	親子ベビーコース 10:30～11:20	幼児コース 11:00～12:00 対象：10B級～5級	幼児コース 11:00～12:00 対象：10B級～5級
12:00			成人コース (中級) 11:30～12:30	成人コース (中級) 11:30～12:30			親子ベビーコース 12:15～13:05
13:00		成人コース (初級) 13:00～14:00				幼児コース 13:30～14:30 対象：10B級～5級	
14:00				水中運動コース 14:00～14:45	水中運動コース 14:00～14:45	幼児・小学生コース 14:30～15:30 対象：10B級～3級	
15:00			幼児コース 15:30～16:30 対象：10B級～5級		幼児コース 15:30～16:30 対象：10B級～5級	小学生・中学生コース 15:30～16:30 対象：7B級～S級	成人コース (初級・中級) 15：30～16：30
16:00			幼児・小学生コース 16:30～17:30 対象：10B級～3級	幼児・小学生コース 16:30～17:30 対象：10B級～3級	幼児・小学生コース 16:30～17:30 対象：10B級～3級		
17:00			小学生・中学生コース 17:30～18:30 対象：7B級～S級	小学生・中学生コース 17:30～18:30 対象：7B級～S級	小学生・中学生コース 17:30～18:30 対象：7B級～S級	成人コース (マスターズ) 18:00～19:15	
18:00			成人コース (初級) 19:30～20:30	成人コース (中級) 19:30～20:30	成人コース (マスターズ) 19:30～20:45		
19:00							
20:00							
21:00							

※スケジュールは変更になる場合がございます。

コース概要

◆ 親子ベビー (6ヶ月～4才未満) (50分レッスン・体操含む)

・プールで親子のスキンシップを図ることで、お子様の心身の発達を促します。
・保護者様との水遊びを通じて、お子様の水への順応性を引出します。

◆ 幼児 (3才～6才 未就学児) (60分レッスン・体操・採暖含む)

・水慣れからクロールまでの基礎動作を楽しみながら習得します。
・自主性・社会性・協調性を身につけます。

◆ 幼児・小学生 (3才～10才) (60分レッスン・体操・採暖含む)

・水慣れからクロール・背泳ぎ・平泳ぎまでをキックを主体に段階的に習得します。
・自主性・社会性・協調性を身につけます。

◆ 小学生・中学生 (6才～15才) (60分レッスン・体操・採暖含む)

・けのびから4泳法習得・タイム級までをキックの強化を図りながら、ストロークを段階的に習得します。
・自主性・社会性・協調性を身につけます。

◆ 成人 (12才 (中学生) 以上) (初級・中級60分、マスターズ75分レッスン)

・「泳げる身体」と「健康な身体」作りを目指し、生涯水泳を目指します。
　初級・・・クロール・背泳ぎを通じて泳ぐための基礎動作を習得します。
　中級・・・より楽に泳ぐための技術を習得し、平泳ぎ・バタフライにチャレンジします。
　マスターズ ・・・4泳法の泳力向上、競技力向上を目指します。

◆ 水中運動スクール (45分レッスン)

・「プールでのエクササイズを中心とした、週1回の運動スクールとなります。
　ジムやスタジオでは運動の強度が高いと感じる方におススメです。

月会費

※特別週間(5週制)がある月は、月会費が異なります。(6月度・12月度)
※料金は税込価格です。

		平日	土日
親子ベビーコース	週1回	4,730円/月 ※特別週間導入月 5,912円/月	5,390円/月 ※特別週間導入月 6,737円/月
幼児コース 幼児・小学生コース 小学生・中学生コース	週1回	8,580円/月 ※特別週間導入月 10,725円/月	9,240円/月 ※特別週間導入月 11,550円/月
成人コース	週1回	初級・中級 8,580円/月 ※特別週間導入月 10,725円/月 マスターズ 11,467円/月 ※特別週間導入月 14,333円/月	
水中運動コース	週1回	6,517円/月 ※特別週間導入月 8,146円/月	

【ジュニアスイミングキャップについて】

●スイミングキャップは泳法によって色が変わります。
　キャップの色が変更になる時は、キャップ購入チケットにてご案内いたします。
　次回のレッスンまでにご購入ください。
●S級に進級された際には、S級専用キャップをプレゼントいたします。
●ワッペンはその都度入れ替えをお願いいたします。
●白い布の部分にお名前を記入してください。



スポーツクラブ＆サウナスパ ルネサンス・ビエラ明舞24