



# 成人スイミングスクール

## 開講表

2021年1月～

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
10:15～11:15	流水コース	泳法コース	泳法コース	流水コース	
11:20～12:20			泳法コース		
12:15～13:15					泳法コース
19:00～20:00					泳法コース
20:00～21:00		泳法コース			

## クラス概要

### クラス概要

泳法コース

初中級クラス

水に慣れていない方、泳ぐのが初めてという方にオススメ  
水慣れ～クロール・背泳ぎ・平泳ぎ25m完泳を目指します。

上級クラス

クロール・背泳ぎ・平泳ぎが泳げてバタフライをチャレンジしてみたい方にオススメ  
クロール・背泳ぎ・平泳ぎの泳力向上とバタフライ25m完泳を目指します。

マスターズクラス

4泳法から個人メドレーまでをしっかり泳ぎたい方にオススメ  
大会出場!! 4泳法の習得とさらなる向上を目指します。

流水コース

プールの中で、マシンから出る流れの中を歩くことで、マッサージを受け、  
リラクゼーション効果やシェイプアップ効果を図ることができます。

月会費

6,930円/週1回 8,580円/週2回  
※初級クラスは週1回クラスのみのご案内となります。

ルネサンス  
会員の方は

重複受講  
割引で

2,200円割引!!

さらに、重複入会特典

入会金0円 + 事務手数料0円

