

成人スイミングスクール 開講スケジュール

2023年10月現在

月	火	水	木	金	土	日	
休館日	11:00~12:00 初級 (星野)	11:00~12:00 初級・膝腰 (島田) (小林)	11:00~12:00 初級・上級 (早津) (小林)	11:00~12:00 中級・上級 (鈴木) (小林)	成人スクールの開講はございません		
	12:00~13:00 中級・上級 (酒井) (藤野)		12:00~13:00 中級・膝腰 (酒井) (星野)				
							12:30~13:30 初級・中級 (清水) (島田)
	20:30~21:30 初級・中級 (佐々木) (島田)		20:30~21:30 上級 (藤野)				

※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

◆膝腰機能改善水中運動スクール（膝腰）

・加齢に伴う機能低下を最小限にし、日常生活の活動能力を改善することで自立した生活を送る事を目的としたプログラムです。

◆初級（スイミングスクール）

・泳ぐ楽しさを知っていただきながら、水慣れ〜クロール背泳ぎを段階的に習得していただきます。
・クロール、背泳ぎの25M完泳を目指します。

◆中級（スイミングスクール）

・平泳ぎ、バタフライの習得。
・クロール、背泳ぎの50M完泳を目指します。

◆上級（スイミングスクール）

・4泳法の更なる泳力向上やターン練習。
・100M個人メドレー完泳を目指します。

月会費

※料金は税込価格となります。
※特別週間がある場合は月会費が異なります。(6月・12月)

	通常	特別週間
スイミングスクール 週1回(月4回)	週1回 (月4回) 7,920円/月※ 【重複登録】 週1回 (月4回) 5,720円/月※	週1回 (月4回) 9,900円/月※ 【重複登録】 週1回 (月4回) 7,700円/月※
膝腰機能改善 水中運動 スクール 週1回(月4回)	週1回 (月4回) 9,020円/月※ 【重複登録】 週1回 (月4回) 6,820円/月※	週1回 (月4回) 11,275円/月※ 【重複登録】 週1回 (月4回) 9,075円/月※

