成人スイミングスクール

開講表

2026.10～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	日曜日
11:30 ～ 12:30	中級（長井） マスターズコース（西袋） (~12:45)	初中級（林）	中上級（野澤） マスターズコース（林） (~12:45)		初中級（笠松） 中級（古矢） 中上級（杉本）
13:00 ～ 14:00			初中級（長井）	初中級（岩田） 中級（西袋）	
14:00 ～ 15:00		中級（岡村） 中上級（林）			
19:15 ～ 20:15			中上級（笠松）		
19:45 ～ 20:45			初中級（木村）	中級（杉本）	

クラス概要

初中級クラス

泳ぐ楽しさを知って頂きながら、水慣れ～クロール・背泳ぎを段階的に習得します。クラスによっては平泳ぎの導入も行います。お客様のペースで、基本動作を習得します。

中級クラス

クロール・背泳ぎの更なる泳力向上をはかりながら、平泳ぎ・バタフライで25M完泳を目指します。

中上級クラス

習得した4泳法の更なる泳力向上をはかりながら、個人メドレーへ挑戦します。また、水泳を生活の一部として頂き生涯水泳へ繋げていきます。

マスターズコース

陸上練習と水中練習を組み合わせ、全体のパフォーマンス向上を目指します。タブレットや動画を活用した少人数制で、個別アドバイスを実施したレッスンをします。

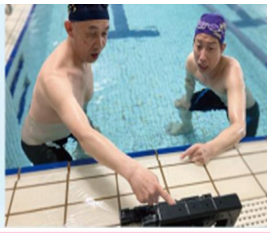
月会費

初中級・中級・中上級
▶ 9,240円/月4回

マスターズコース
▶12,430円/月4回

ルネサンス会員の方は
月会費が2,200円(税込)
割引でお得です！





まずはお試し！

随時体験レッスン受付中！

RENAISSANCE