

水泳教室内容

教室名	コーチ	曜日/時間		料金/回数		内容	定員	レベル
はじめてクロール		月	12:35~13:35	¥8,800	8回	クロールを基礎から学べます！ (水泳初心者歓迎)	15名	★
はじめてバタフライ	渡邊	火	13:45~14:45	¥6,600	6回	バタフライを基礎から学べます。(バタフライに初めて挑戦したい方にオススメ)	15名	★★★
2泳法A	渡邊	火	11:25~12:25	¥6,600	6回	クロールと背泳ぎの2種目を練習します	15名	★★
3泳法		月	11:25~12:25	¥8,800	8回	クロール・背泳ぎ・平泳ぎの3種目を練習します。 各種目のレベルアップを目指します。	15名	★★
	渡邊	火	12:35~13:35	¥6,600	6回		15名	★★
ゆったり4泳法	渡邊	火	10:15~11:15	¥6,600	6回	4泳法(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)をさらに上手に泳げることを目指します。	15名	★★
4泳法		月	18:40~19:40	¥8,800	8回	4泳法(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)をさらに上手に泳げることを目指します。 4泳法で持久力UP!!	15名	★★
アクアフィットネス	森谷	水	11:25~12:25	¥9,200	8回	水の中で楽しく全身を動かします。水の中では関節への負担が減り、大きな動きができます。 ストレッチ効果と筋力UPも期待できます。	20名	★★
	森谷	木	11:25~12:25	¥9,200	8回		20名	★★
アクアピクス	森谷	水	10:15~11:15	¥9,200	8回	リズムカルな音楽に合わせて、伸び伸び楽しく体を動かしましょう！	20名	★★
	森谷	木	10:15~11:15	¥9,200	8回		20名	★★
アクアウォーキング		月	10:15~11:00	¥7,600	8回	ゆっくり歩いて体を動かしましょう！ (初心者向け)浮力があるので足腰への負担も軽減できます。	20名	★
	森谷	水	9:20~10:05	¥7,600	8回		20名	★
	森谷	木	9:20~10:05	¥7,600	8回		20名	★
幼児(年少~年中)クラス		月	15:30~16:15	¥7,600	8回	水慣れから始めて、ふし浮き、バタ足を目標に楽しくプールに通いましょう。	6名	★
幼児(年中~年長)クラス		水	15:30~16:15	¥7,600	8回		6名	★
		木	15:30~16:15	¥7,600	8回	6名	★	
小学生初級A		月	16:30~17:30	¥8,000	8回	水慣れから始めて、面かぶりクロールを目指し泳ぎを覚えていきます。	10名	★★
		水	16:30~17:30	¥8,000	8回		10名	★★
小学生初級B		水	17:30~18:30	¥8,000	8回	面かぶりクロールからクロール25m完泳を目指し泳ぎを覚えていきます。	10名	★★
		木	16:30~17:30	¥8,000	8回		10名	★★
小学生中級		月	17:30~18:30	¥8,000	8回	クロールをベースに背泳ぎ・平泳ぎの25m完泳を目指し泳ぎを覚えていきます。	10名	★★★
		木	17:30~18:30	¥8,000	8回		10名	★★★

教室日程(月曜日~木曜日)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日
1回目	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日
2回目	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
3回目	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日
4回目	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日
5回目	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日
6回目	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日
7回目	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日
8回目	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日
	全8回	全6回	全8回	全8回