

ろっぷスイミング教室



○キッズコース 対象年齢：3歳～6歳の未就学児

水の中での遊びを通して、水慣れをしていきます。慣れてきたら、顔付けやもぐりっこ、水泳の基本である浮き身やけのびの練習などを行い、ひとりで潜ったり、浮いたりできることを目指します！

時間	定員	練習回数	曜日	入会金	月会費
14:00～14:40	8名	週1回 (月4回)	土	¥2,200	振替練習 なし ¥2,000

○ジュニアコース 対象年齢：未就学児～中学3年生

◆7級～18級◆

水泳の基礎を学び、背泳ぎ・クロール・平泳ぎ・バタフライの習得を目指します！

◆1級～6級◆

身につけた四泳法の技術を磨き、「より速く」「より美しい」泳ぎの習得を目指します！

時間	定員	練習回数	曜日	入会金	月会費	
16:15～17:15	20名	週1回 (月4回)	火～土	¥2,200	振替練習 あり ¥2,500	振替練習 なし ¥2,000
		週2回 (月8回)			振替練習 あり ¥5,000	振替練習 なし ¥4,000
		週5回 (月20回)			振替練習 なし ¥7,000	

時間	定員	練習回数	曜日	入会金	月会費	
17:15～18:15	20名	週1回 (月4回)	火～土	¥2,200	振替練習 あり ¥2,500	振替練習 なし ¥2,000
		週2回 (月8回)			振替練習 あり ¥5,000	振替練習 なし ¥4,000
		週5回 (月20回)			振替練習 なし ¥7,000	

※定員に達している場合は、入会できませんので受付にご確認ください。

【申込みについて】

- ・案内書をご確認の上、受付にお越しく下さい。
- ・ジュニアコースに入会の際は、指定のスイミングセット（水着・キャップ・バッグ）をご購入し着用して頂きますのでご了承の上、お申込みください。

【スイミングバスについて】

- ・利用する場合は、誓約書が必要となります。
- ・スイミングバスは泊方面（火・木）、南方面（水・金）、なかよし塾（火～金 17：15コースのみ対応）の運行となります。詳細については運行表をご確認ください。

○マスタースコース 対象年齢：18歳以上

有酸素運動によって「ダイエット効果」「疲労回復効果」！最大の効果は「免疫力の向上」「心理的リラックス」！！

「抵抗」「浮力」「水圧」「水流」「水温」を楽しみましょう♪♪♪

時間	定員	練習回数	曜日	入会金	月会費
13：15～14：15	5名	週1回 (月4回)	火・木・土	¥2,200	¥2,500