

- ★ 小学生コース ★ 水慣れから始まるので、水が苦手でも大丈夫!!
 ゆっくり4泳法を覚えましょう。泳げるってかっこいいよね!

コース	曜日	時間	送迎バス方面	月回数	月会費
A	月	17:20~18:20	八代、本町	月3回	2,500円
B	月	18:40~19:40	宮田、窪		
C	水	17:20~18:20	余川、中央町		
E	木	17:20~18:20	久目、速川		
G	金	17:20~18:20	堀田、仏生寺		
H	金	18:40~19:40	十二町、窪		
I	土	16:00~17:00	女良、阿尾		
J	土	14:30~15:30	上庄		

- ★ Sコース ★ 小学生も幼児(年中・年長)もいっしょに泳げるよ!
 ゆっくり4泳法を覚えましょう。

コース	曜日	時間	月回数	月会費
S月	月	16:20~17:20	月3回	2,500円
S木	木	16:20~17:20		
SE	木	17:20~18:20		
S土	土	13:30~14:30		

- ★ エンジョイコース ★ 年中~小学生のコースです。楽しく遊んで水に慣れよう!

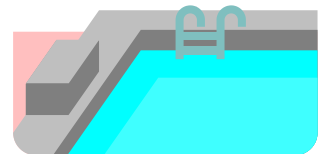
コース	曜日	時間	月回数	月会費
エンジョイ水	水	16:20~17:20	月3回	2,500円
エンジョイ金	金	16:20~17:20		
エンジョイ土	土	11:00~12:00		

- ★ 成人コース ★

スイム・・・初級・中級・上級にわかれて練習します。泳いだ後の爽快感は特別です!!
 水中運動・・・ウォーキングを中心に楽しく運動します。

水の抵抗や浮力を利用して腰や膝にあまり負担をかけずに運動できます。

自分のペースでできるから初めての方も安心!



コース	曜日	時間	月回数	月会費
スイム 月	月	14:00~15:00	月3回	2,500円
スイム 水	水	20:00~21:00		
スイム 木	木	14:00~15:00		
水中運動 月	月	20:00~21:00		
水中運動 水2	水	14:00~15:00		
水中運動 水3	水	15:10~16:10		
水中運動 金昼	金	14:00~15:00		
水中運動 金夜	金	20:00~21:00		

*各コース共に、年会費・保険料を別途いただきます。