

冬季水泳・水中運動教室募集要項

教室名	対象	とき	定員	受講料
アクアビクス	音楽に合わせて水中運動を楽しみたい方	1月～3月 木曜日 午前11時～正午 (全10回)	20人	3,950円
ヘルススイミング	運動不足の中高齢者	1月～3月 水曜日 午後1時30分～2時30分 (全10回)	20人	3,950円
水中ウォーキング	水の浮力を利用して、ウォーキングや水中運動を楽しみたい方	1月～3月 木曜日 午後6時30分～7時30分 (全10回)	20人	3,950円
レッツスイミング	泳ぎを覚えたい方 (基礎、クロール・背泳ぎ・平泳ぎ)	1月～3月 火・木曜日 午後1時30分～2時30分 (全18回)	20人	5,550円
レッツⅡ スイミング	きれいに泳ぎたい方 (中級～上級、 バタフライを含む4種目)	1月～3月 金曜日 午後1時30分～2時30分 (全10回)	30人	3,950円
キッズスイミング	水慣れをしたい幼児 (年中・年長児)	1月～3月 (水曜日コース、金曜日コース各8回) 午後4時～4時45分	各20名 ※最少開催 人数5名	1,700円
イルカスイミング	あまり泳げない小学生 (水慣れ～平泳ぎの 習得まで泳力別に分けて の指導)	1月～3月 (火曜日コース、水曜日コース、 木曜日コース各10回) 午後5時～6時	各30人	1,900円
ドルフィン スイミング	泳力アップを目指す 小・中学生 (バタフライの習得と 4泳法のフォーム アップ)	1月～3月 (水曜日コース・金曜日コース、 全20回もしくは各10回) ※週に2回コースか1回コースか 選べます。午後6時～7時30分	各20人	週2回コース 2,900円 週1回コース 1,900円