

成人水泳教室

クラス名	曜日・時間	レベル	定員	料金/回数	内容
初心者スイム	水曜 13:45~14:45	★	10名	10,230円/11回	クロール25mを目標に練習します！ (クロール初級に該当)
	金曜 12:35~13:35				
初級スイム	木曜 11:25~12:25	★★	10名	10,230円/11回	クロール50m・背泳ぎの25mに挑戦！ (クロール中級・背泳ぎに該当)
	金曜 12:35~13:35				
シニア初中級	水曜 12:35~13:35	★★	10名	10,230円/11回	背泳ぎ・平泳ぎを基礎から学べます！ (対象:原則65歳以上の方)
	木曜 10:15~11:15				
50m泳ごう!初級	木曜 10:15~11:15	★★	10名	10,230円/11回	クロールと背泳ぎの50m完泳を目指します！ (2泳法Aに該当)
	金曜 12:35~13:35				
シニアクロール	水曜 12:35~13:35	★★	10名	10,230円/11回	楽にクロール100mを泳げるように練習します！ (対象:原則65歳以上の方)
	土曜 11:25~12:25				
のんびり背泳ぎ & 平泳ぎ	月曜 11:25~12:25	★★	10名	10,230円/11回	ゆっくりのんびりと背泳ぎと平泳ぎの100mに 挑戦！
	水曜 13:45~14:45				
中級スイム	月曜 10:15~11:15	★★★	10名	10,230円/11回 (月曜9,300円/10回)	クロール・背泳ぎ・平泳ぎのレベルアップ！ (3泳法に該当)
	金曜 13:45~14:45				
	土曜 12:35~13:35				
初めてのバタフライ	水曜 10:15~11:15	★★★	10名	10,230円/11回	バタフライの基礎を中心に初めて泳ぐ方にオ ススメです！(バタフライ初級に該当)
	木曜 11:25~12:25				
初めてのメドレー	月曜 10:15~11:15	★★★	10名	10,230円/11回 (月曜9,300円/10回)	100m個人メドレー完泳に挑戦！ (4泳法Aに該当)
	水曜 11:25~12:25				
ロングロング クロール	火曜 9:05~10:05	★★★	10名	10,230円/11回 (火曜7,440円/8回)	クロールで長距離を泳ぎ、体力と心肺機能の 向上を目的としたクラスです！ (ゆったりクロールロングに該当)
	木曜				
上級スイム	月曜 11:25~12:25	★★	10名	10,230円/11回 (月曜9,300円/10回)	4泳法をさらに楽に早く上手に泳ぐクラスで す！(4泳法Bに該当)
	木曜 12:35~13:35				
50m泳ごう!上級	月曜 12:35~13:35	★★	10名	10,230円/11回 (月曜9,300円/10回)	バタフライと平泳ぎの50m完泳を目指しま す！
	水曜 11:25~12:25				
のんびりメドレー	水曜 10:15~11:15	★★	10名	10,230円/11回	ゆっくり自分のペースで200m個人メドレーを 泳ぎます！(ゆったり4泳法に該当)
	土曜 12:35~13:35				
ガンガン泳ごう!	月曜 12:35~13:35	★★★	10名	10,230円/11回 (月曜9,300円/10回)	4泳法で1500m前後泳ぎ込みます！ (4泳法Cに該当)
	木曜				
パーソナルレッスン	月曜 9:00~9:30	★ ~ ★★★	各回1名	1回 3,000円	1回30分レッスンで個々に合わせたプログラ ムを行います。 全く泳げない方や、もっと上手に泳ぎたい方、 もっと速く泳ぎたい方どなたでもご参加いた だけます。
	水曜 9:30~10:00				
	木曜 15:00~15:30				
	火曜 9:00~9:30				
	火曜 9:30~10:00				
	火曜 13:45~14:15 14:15~14:45 15:00~15:30				

泳力別教室早見表

