

東松原教室

	月	火	水	木	金	土	日
8:00		競泳練習会 8:15～9:30			競泳練習会 8:15～9:30		
9:00							
10:00	らくトレアクア	成人スイム		らくトレアクア	成人スイム	幼児 小学生以上	幼児 小学生以上
11:00	成人スイム	レディース ヨガティススイム		成人スイム	レディース ヨガティススイム	幼児 小学生以上	幼児 小学生以上
12:00	フリー	フリー		フリー	フリー		
13:30	成人会員様は通常レッスンに加え、フリー時間に自由に参加可能です						
14:00						選手	選手
15:00						選手	選手
16:00		幼児	English 小学生以上	幼児			
17:00	幼児 小学生以上	幼児 小学生以上	幼児 小学生以上	小学生以上	幼児 小学生以上		
18:00	幼児 小学生以上	小学生以上	幼児 小学生以上		幼児 小学生以上		
19:00	選手		選手		選手		
20:00	選手		選手		選手		

【子どもクラス 45分レッスン】 ＊月謝制

☆幼児/おむつが取れた3歳以上/お月謝 週1回8800円 週2回12100円

☆小学生以上/中学生・高校生も在籍中/お月謝 週1回8800円 週2回12100円 週3回以上15180円

☆English/外国人指導者による英語での水泳指導(小学生以上)/お月謝 11000円(通常クラスに振替可)

【成人クラス】

☆成人会員（成人スイム/らくトレアクア/レディースヨガティス） ＊月謝制

【45分レッスン+15分自由水泳+フリー時間への参加も可能！】

お月謝 週1回8800円 週2回12100円 週3回15180円

お休みした分は**無期限**でどのクラスにも**振替可能!!**

(退会時まで有効/休会中は不可/競泳練習会・土日午前を除く)

★成人スイムクラス

初心者から大会出場者まで、男女混合で楽しく泳いで健康維持・体力向上を目指します 初心者大歓迎です

★らくトレアクアクラス

ウォーキング、ストレッチ、軽い筋トレを組み合わせた水中運動を行います(水に顔はつけません)

★レディースヨガティススイムクラス

ヨガ、ピラティス、水泳指導の3つを合わせたクラスです(女性限定)

☆フリークラス会員(フリー時間のみ参加可能) ＊月謝制

お月謝5500円(回数制限なし/開催日は毎月HPのお知らせにてご確認ください)

11:45受付/12:00～13:30自由水泳時間/13:45退館

水泳指導なし ご自身で自由に遊泳できるクラスです

☆入会不要 単発会員

●競泳練習会(不定期開催/開催日はHPのお知らせにてご確認ください)

＊マスタース世界記録保持者・野村英司による競泳向けの練習会です(1回3000円/都度払い/現金またはPayPay)

●土日午前/子ども教室会員保護者限定有料開放(どちらも1回1000円/都度払い/現金またはPayPay)

＊子ども教室開講時間に隣レーンでご遊泳が可能です