

# 大好評につき今年も開催決定!! 小学校水泳対策教室

**日程** (土曜日開催) **対象** 小学3年生～6年生  
**4月20・27日** **時間** 17:00～18:00 **定員** 各日 10名程度  
**5月18・25日** **料金** 会員 1,000円/回 一般 2,000円/回

**練習科目**  
**3年生～4年生**  
 水慣れ (顔付け・漕り・バタ足)  
**5年生～6年生**  
 クロール・平泳ぎ

## 子供のコース

**ベビー(親子)コース**  
**対象年齢** 満7ヶ月～3才未満  
**実施曜日** 火・金曜日 11:10～12:00  
**月会費** 7,150円  
※回数無制限

乳・幼児用のプールでの練習は赤ちゃんの「体七割の発達」にとても大切コーチのサポートのもと、ご家族の方が先生になり赤ちゃんに水泳の基本を伝えます。着弾型「子育て応援班」のコーチ陣で赤ちゃんの成長を見守るアットホームプログラム♪

**幼児キティコース**  
**対象年齢** 満2才～小学校入学まで  
**実施曜日** 火・金曜日 15:30～16:20  
 土曜日 14:45～15:35  
**月会費** 7,700円(月4回)  
 8,800円(月8回) 9,900円(月8回)

カリキュラムに合わせ、水慣れを通して水中でそれぞれのペースでプールの水慣れにも、プール習熟度プログラムも

**ジュニアコース**  
**対象年齢** 満3才～中学生  
**実施曜日** 11月の14日(祝)23日(祝)  
 月～金曜日 15:30～16:30～17:30  
 土曜日 9:30～10:15～11:15  
 日曜日 13:30～14:45～15:45  
 月曜日 10:30～11:30～  
**月会費** 7,700円(月4回)  
 10,450円(月8回/月8回) 12,650円(月8回/月8回)

水泳の習得に大切な心身の成長に合わせた「児童が体づくりに必要な」プログラムも

## 大人のコース

**プログラムコース**  
**月会費** 通11本のプログラムに  
**プログラムについて** 6,600円

**ウォーキング** 運動量★★★  
 水の中なので、肩や腰への負担が少なく効果よく運動ができます。

**水泳** 運動量★★★  
 経路発生マシンを利用して足・腰・肩関節の可動性を高めます。

**縄跳び** 運動量★★★  
 肩甲骨のストレッチと水中でリハビリを兼ねたクラス。

**いもいもアクア** 運動量★★★  
 みんながいもいも元気になるアクアピクニックです。

**はつらつウォーターエクササイズ** 運動量★★★  
 元気なおじいちゃん、おばあちゃんを募集。日常生活に役立つプログラム、リハビリにもぴったり

**水泳レッスンコース**  
 3つの専任ポイントで習得の方がプランクのある方が大歓迎!

**その他**  
 1. 丁寧な指導で水の楽しさを体験  
 2. 泳力に合わせたクラス分けで個別レッスン  
 3. レッスン後、プールサイドで泳ぎの振り返り

**レッスン** 高学年高学年と20代、水泳を一歩引ける初心者グループです! 今からでも遅くない!!と、そんなお友達も歓迎!

**月会費** 大人気のレッスンにフリーコースもついでに  
 マスターズ (家来) 6,600円 レディース (水泳) 7,150円

**プログラムスケジュール**

月	火	水	木	金	土	日
09:00					ジュニアマスターズ	レディースマスターズ
10:00	フリー	フリー	フリー	フリー	ジュニア25～40	ジュニア25～40
11:00	レディース	ベビー	ジュニア	ベビー	ジュニア25～40	ジュニア25～40
12:00					フリー	水泳
13:00	フリー	フリー	レディース	フリー	フリー	
14:00	フリー	フリー	ジュニア	フリー	フリー	フリー
15:00					ジュニア25～40	ジュニア25～40
16:00	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40
17:00	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40
18:00	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40	ジュニア25～40
19:00	選手	選手	ジュニアマスターズ	選手	選手	ジュニアマスターズ
20:00	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー
21:00						

**1回体験・小学校水泳対策教室WEB申込受付中!**

**受講申込書**  
**※来館時にご持参ください。**  
 ※体験後に小学校水泳対策教室を希望される場合は希望日の2日前までにご予約下さい。  
 ※定員があるため、ご希望に添えない場合もございます。ご了承ください。  
 ※ジュニアコース体験は、4週目がテストとなるため体験不可となります。  
 ※3/20～4/1、4/30～5/3は休館日となります。

希望クラス名	参加する教室をお選びください 一日体験・小学校水泳対策教室		クラス	時分	実施日 月 日 ( )
フリガナ	保護者氏名 ※未成年者のみ記入				
氏名	男・女				
住所	(〒 - )				
受講者生年月日	年 月 日生 ( 才 ヶ月)		年少・年中・年長		年生
TEL	( )		緊急連絡先	( )	
受付番号					

**KSS**  
**甲西イマスイゼンズ**  
 TEL 0748-72-2612

