



【成人水泳教室 受講者募集】

1ヶ月単位より受講 都合に合わせてレッスン参加できます。

スクール制により担当コーチとの継続レッスン可能
運動習慣を身につけて丈夫な身体作りをサポート
レッスンを通し健康維持、泳力向上、心肺機能向上
目標に向けて、ひとつずつ確実に達成します。

《クラス紹介》

入門クラス【各クラス10名】	初級クラス【各クラス10名】	中上級クラス【各10名】
初めて、潜れない、12.5M泳げない方 ●目標● バタ足・クロール・息継ぎ12.5M	クロール12.5M泳げる方 ●目標● クロール・背泳ぎ・平泳ぎ 25M	クロール・背泳ぎ・平泳ぎ25M泳げる方 ●目標● 4泳法 50M

《料金》	火曜コース	10:00~10:50	1月3回	¥3,600(入場料別途)
			2月3回	¥3,600(入場料別途)
			3月4回	¥4,800(入場料別途)
	入門クラス:松原		初級クラス:菊地	
	木曜コース	10:00~10:50	1月3回	¥3,600(入場料別途)
			2月4回	¥4,800(入場料別途)
			3月4回	¥4,800(入場料別途)
			初級クラス:原山	中上級クラス:松原
	金曜コース	13:00~13:50	1月3回	¥3,600(入場料別途)
			2月4回	¥4,800(入場料別途)
			3月4回	¥4,800(入場料別途)
	入門クラス:原山		初級クラス:松原	中上級クラス:菊地

《振替》 お休みした場合、他曜日にて 月2回 まで振替可能

《体験》 1人 1回のみ 体験できます ¥1,200 (プール入場料は別途)

1月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

プールプログラム休講日

3月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

《対象》 16歳以上

《申込》 総合受付にて申込書記入し、代金を添えて提出お願い致します。

サイデン化学アリーナさいたま TEL 048(851)5050