

令和4年4月スタート 健康教室タイムスケジュール

スイミング教室 (プール)

	月	火	水	木	金	土	日
9:30							
9:35							
9:45							9:30-10:30 幼児・学童 (テストあり)
10:00						10:00-10:30 腰痛ケアアクア (FP)	9:35-10:20 スイム中上級
10:15							
10:20							
10:30						10:30-11:15 クロール初級	10:30-11:30 幼児・学童 (初級・中級)
10:45						10:30-11:15 スイム中級	
11:00							
11:15						11:15-12:00 スイム初級	11:30-12:30 幼児・学童 (初級・中級)
11:30						11:15-12:00 平泳ぎ中級	
11:45							
12:00							
12:05							
12:15						12:00-13:00 幼児・学童 (初中級)	12:15-13:00 スイム初中級
12:30						12:05-12:50 スイム初中級	
12:45							
12:50							
13:00				13:00-13:30 初めてクロール (FP)			
13:15	13:00-13:45 クロール初級	13:00-13:45 平泳ぎ初級			13:00-13:45 クロール初級		13:15-13:45 アクアウォーキング (FP)
13:30							
13:35							
13:45							
13:50	13:50-14:20 アクアウォーキング (FP)			13:35-14:20 クロール初級	13:35-14:20 スイム中級	13:50-14:20 アクアウォーキング (FP)	
14:00			14:00-14:30 アクアウォーキング (FP)				14:00-14:30 初めてクロール (FP)
14:15							
14:20						14:00-15:00 幼児	14:30-15:00 初めてスイム (FP)
14:30	14:30-15:15 スイム中級		14:30-15:30 幼児	14:30-15:15 アクアピクス	14:30-15:15 クロール中級	14:30-15:15 バタフライ初級	
14:45							
15:00							
15:15							
15:30	15:30-16:30 幼児・学童 (初級・中級)		15:30-16:30 幼児・学童 (初級・中級)	15:30-16:30 幼児・学童 (初級・中級)	15:30-16:30 幼児・学童 (初級・中級)	15:00-16:00 幼児・学童 (初級・中級)	
15:45							
16:00						16:00-17:00 学童 (初級・中級)	
16:15							
16:30	16:30-17:30 学童 (初級・中級)		16:30-17:30 学童 (初級・中級)	16:30-17:30 学童 (初級・中級)	16:30-17:30 学童 (初級・中級)		
16:45							
17:00						17:00-18:00 学童 (上級①)	17:00-18:00 フレンドリーエンジョイ・クラブ
17:15						17:00-18:30 学童 (上級②)	
17:30	17:30-18:30 学童 (上級①)	17:30-19:00 学童 (上級②)	17:30-18:30 学童 (上級①)	17:30-19:00 学童 (上級②)	17:30-18:30 学童 (上級①)	17:30-19:00 学童 (上級②)	
17:45							
18:00							
18:15							
18:30							
18:45						18:30-19:00 初めて平泳ぎ (FP)	
19:00	19:00-19:30 脂肪バイバイ (FP)		19:00-19:30 腰痛ケアアクア (FP)	19:00-19:30 アクアウォーキング (FP)	19:00-19:30 初めてバタフライ (FP)	19:00-19:45 各種目 フォーム練習	19:00-19:45 スイム中級
19:15							
19:30	19:30-20:15 バタフライ初級	19:30-20:15 背泳ぎ初級	19:30-20:15 クロール初級	19:30-20:15 バタフライ初級	19:30-20:15 背泳ぎ初級	19:30-20:15 平泳ぎ初級	
19:45						19:30-20:15 各種フォーム練習	
20:00							19:45-20:30 スイム上級 (マスターズ)
20:15	20:15-21:00 クロール初級	20:15-21:00 スイム中級		20:15-21:00 アクアピクス	20:15-21:00 スイム上級	20:15-21:00 バタフライ初級	
20:30						20:15-21:00 背泳ぎ初級	
20:45						20:15-21:00 ロングディスタンス (ストレ)	
21:00							

* (FP) 無料のフリープログラム

②会費

(単位：円)

区分	入会金	年会費	月会費				※3教室・スイム共通
			※1 ベビー	幼児・学童・フレンドリー エンジョイ	※2学童上級 ②	成人・アクアピクス	
組合員	免除	免除	3,200	週1回 3,200 週2回 5,200	5,200	週1曜日 3,200 ※2マルチ 5,200	週1曜日 4,400 ※2マルチ 6,400
員外	5,000	2,000	6,500	週1回 6,500 週2回 8,600	8,600	週1曜日 6,500 ※2マルチ 8,600	週1曜日 9,000 ※2マルチ 11,100

※1 ベビークラス会員は、開講日にいつでも受講できます

※2 マルチ会員・学童上級②クラス会員は、回数に制限なく受講できます

※3 教室・スイム共通会員は、プログラムの受講と、一般プール利用ができます

★色のついた箇所は、内容または時間変更あり
★会費(金額)の変更はありません