

# 守スポ定期教室

# 追加募集

## アクアウォーキング



【期間】 5/11~7/13 (毎週火曜日)

【時間】 11:00~12:00 【対象】 一般

【料金】 ￥6,000

【内容】 泳げないけど、水の中で運動して見たい方におススメです！膝や腰に負担をかけず身体を動かしませんか？

## アクアピクス

【期間】 5/11~7/13 (毎週火曜日)

【時間】 13:00~14:00 【対象】 一般女性

【料金】 ￥6,000

【内容】 音楽に合わせて水の中で身体を動かす教室です！膝や腰にあまり負担をかけたくないお客様におススメです☆

## ジュニアスイミングB1

【期間】 5/11~7/13 (毎週火曜日)

【時間】 18:00~19:00 【対象】 小・中学生

【料金】 ￥6,000

【内容】 ジュニアAの教室からさらに上手になりたい25m以上泳ぎたいクロール以外の泳ぎを練習するクラスです☆



## 一般水泳

【期間】 5/11~7/13 (毎週火曜日)

【時間】 19:00~20:00 【対象】 一般

【料金】 ￥6,000

【内容】 身体に負担をかけずに無理のないように幅広いレベルの練習ができます☆

## おやこでプール

【期間】 5/13~7/29 (毎週木曜日)

【時間】 10:15~11:00

【対象】 満2歳~未就園児とその保護者

【料金】 ￥6,000

【内容】 水の中で親子のふれあいと対話を通じ水に慣れ親しむことを目的とした教室です☆

## アクアエクササイズ

【期間】 5/13~7/29 (毎週木曜日)

【時間】 11:00~12:00 【対象】 一般

【料金】 ￥6,000

【内容】 日頃の運動不足解消などを目的に水の中で身体を動かす教室です☆水中での負担を利用して楽しくトレーニング♪

## めざせ25m!!

【期間】 5/13~7/29 (毎週木曜日)

【時間】 12:00~13:00 【対象】 一般

【料金】 ￥6,000

【内容】 水泳の基礎から一緒に25mを目指していきましょう♪

## シニアスイミング2

【期間】 5/13~7/29 (毎週木曜日)

【時間】 14:00~15:00 【対象】 60歳以上

【料金】 ￥6,000

【内容】 身体に負担をかけず無理の無いように水泳の練習をする教室です。お客様に合ったレベルで練習できます

## ビーチボールバレー

【期間】 5/13~7/15 (毎週木曜日)

【時間】 19:00~20:30 【対象】 一般

【料金】 ￥5,200

【内容】 海やプールなどでおなじみのビーチボールを使った、バドミントンコートで

## チアダンス2

【期間】 5/12~7/14 (毎週水曜日)

【時間】 17:45~18:45 【対象】 小学生

【料金】 ￥5,200

【内容】 音に合わせて楽しくダンス♪チアリーディングの基礎から練習します。

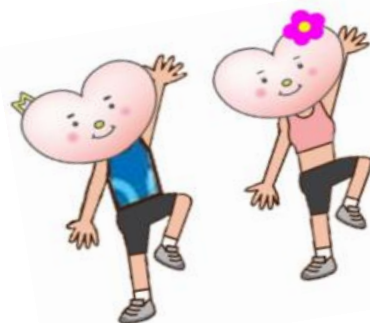
## バウンドテニス

【期間】 5/15~7/3 (毎週土曜日)

【時間】 9:30~12:00 【対象】 一般

【料金】 ￥4,200

【内容】 年齢を問わず誰でも気軽にできるスポーツです。初心者や還暦を迎えてからでもはじめられすぐに楽しめます★



**受付は、先着順です。**

**お支払と申込書の記入を行って下さい！**

