

お父さん、お母さん、この夏、習い事しませんか？ まずは



大人の習い事おためしコース

実施期間 **8月2日(火)～21日(日)**
9月3日(土)～23日(金)

☆下記のコースの中から好きなコース・曜日を3つ選んで受講できます。(組み合わせ自由)

《泳ぎを習得したい方にお勧めのコース》

- 成人コース 仲間と楽しみながら、泳力に合わせて4泳法を練習します。
- 婦人コース 仲間と楽しみながら、泳力に合わせて4泳法を練習します。女性限定コース
- シルバーコース 1人1人の体力に合わせてゆっくり4泳法を練習します。健康維持を目的にマイペースで泳ぎます。60歳以上の方対象

《泳がずに運動したい方にお勧めのコース》

- 腰痛・関節痛コース 腰痛・肩こりその他の関節痛などの痛みを伴う症状を緩和する陸上ストレッチと水中運動を行ないます。
- 水中運動健康法コース 将来、寝たきりにならない為の大切な筋肉や神経に働きかける陸上ストレッチと水中運動を行ないます。顔を一切水につけません。
- 超音波流水健康法コース 体力に自身の無い方にお勧め。棒につかまり、超音波を発する流水にあたるだけで抜群の運動効果とリラックス効果が得られます。さらに水中歩行などを取り入れることで新陳代謝が上がる効果があります。顔を一切水につけません。

※各コースの時間はHP内のマスターズスイミングスクールをご覧ください

- 対象 会員及び非会員(中学生以上)
- 参加費 通常3,780円のところ
このチラシをご持参いただくと **3,240円** で受講できます！
- 定員 各月5名(各クラス定員がありますのでお早めにご予約ください)
- 申し込み
・お手続きの際、同意書を記入していただきます。又、20歳未満の方がご利用の場合、保護者様の同意書が必要となります。
・FAXでのお申し込みはできません。
・会員の方は在籍コースでの受講はできません。
開始3日前から1,080円、当日以降は全額負担となります。
実施期間に入りご利用が無い場合でも参加費の返金はできません。
- キャンセル

翌月入会すると
4大特典あり！
今がお得！

- ①入会金無料
 - ②入会月の月会費無料
 - ③レンタルタオル2か月無料
 - ④おためし受講月のレッスン1回無料
- ※特典条件 入会月から3か月在籍
休会・コース変更不可

お申込み
受付中！