

< 受付期間 >

期間厳守でお願いします。

1/5(月)～1/31(土) 〆切

< 開催日 >

★レッスン開催日

2026年 2月

月	火	水	木	金	土	日
						1 JO予選
2	3	4	5	6	7	8
★大人のみ	★	★	★	★	★	飛
9	10	11	12	13	14	15
★大人のみ	★	★	★	★	★	飛
16	17	18	19	20	21	22
★大人のみ	★	★	★	★	★	学童学年別 チャレンジ
23	24	25	26	27	28	
★大人のみ	★	★	★	★	★	

3月

月	火	水	木	金	土	日
						1 飛
2	3	4	5	6	7	8
★大人のみ	★	★	★	★	★	全国マスターズ
9	10	11	12	13	14	15
★大人のみ	★テ	★テ	★テ	★テ	★	飛
16	17	18	19	20	21	22
★大人のみ	★	★	★	★	★テ	日本泳法
23	24	25	26	27	28	29
	← 春 こども 短期水泳教室 →				★	飛

テスト週の振替えについてご注意ください
詳しくは、スイミングファイル参照

※ 担当コーチは変更になる場合があります。

※ 1回のイベント型教室は、期間に関係なくその都度申込みください。

※ 総合型(トレーニング室)の教室とは主催団体が異なるのでご注意ください。

※ 申込〆切後の返金はありません。

※ ケガ・事故発生時は、施設賠償責任保険の範囲内で保障します。

※ 気象状況により休講や休館になることがあります。

2025年
12月
配布

な ま え

よ う び

ク ラ ス



< プールレッスン スケジュール >

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					* 15分前集合	チャレンジ S級
4種目 9:30～10:30 森	初心者 10:00～11:00 山本	初心者 10:00～11:00 長谷川	ステップアップ 9:30～10:30 長谷川		こども ①9:30～10:30 A 長谷川 B 小河原 C 大江 D 荒金	
ステップアップ 11:00～12:00 森	ステップアップ 11:00～12:00 山本		4種目 11:00～12:00 長谷川	ステップアップ 11:00～12:00 山本	②10:30～11:30 E 大江 F 小河原 G 長谷川 H 荒金	競泳飛込練習 11:30～11:50
初心者 13:30～14:30 大江	4種目 13:30～14:30 小河原	競泳飛込練習 14:00～14:20	マスターズ 13:30～14:30 小河原	4種目 13:30～14:30 山本		
マスターズ 14:30～15:30 大江	* 15分前集合	* 15分前集合	* 15分前集合	* 15分前集合		
	こども ①16:30～17:30 A 長谷川 B 小河原 C 合田 D 大江	こども ①16:30～17:30 A 山本 B 森 C 合田 D 長谷川	こども ①16:30～17:30 A 山本 B 長谷川 C 大江 D 小河原	こども ①16:30～17:30 A 森 B 長谷川 C 小河原 D 山本		
	②17:30～18:30 E 小河原 F 合田 G 長谷川 H 大江	②17:30～18:30 E 山本 F 長谷川 G 森 H 合田	②17:30～18:30 E 長谷川 F 小河原 G 山本 H 大江	②17:30～18:30 E 小河原 F 長谷川 G 森 H 山本	S 17:30～19:30 長谷川	
	18:30～19:30 チャレンジ 小河原 18:00～20:00 S 長谷川		18:30～19:30 チャレンジ 小河原 18:00～20:00 S 長谷川	18:30～19:30 チャレンジ 小河原 18:00～20:00 S 長谷川	泳力アップ 19:30～20:30 長谷川	

< 料金表 >

教室	回数	受講料	更新期間	定員
大人水泳	週1回(全7回)	3,000	2ヵ月	各15名
体験レッスン	9月限定(1回ごと)	500	1回	
こども水泳①②	週1回(全7回)	6,900	2ヵ月	各50程度
	こどもフリー	7,900		
	S級以上	7,900		
短期水泳教室	全4回	4,000	その都度	各40程度