

# 体験のご案内

1 回 体 験	スイミングの営業日から好きな曜日・時間をお選びいただき、実際にレッスンを体験することができます♪	
	・初めての習い事で不安	<b>参加費</b>
	・レッスンを実際にやってみてから入会を決めたい！	<b>1,650円</b> (税込)
	という方におすすめです♪	
4 回 体 験	1ヶ月間、定期コースと同じように毎週同じ時間、曜日に通っていただけます♪	
	1回体験後に4回体験のお申し込みも可能です！	
	4回体験終了後、引き続き定期コースにご入会いただいた方限定で4,400円の入会金が免除になるキャンペーンを実施中です！	
	・1回体験では物足りない	<b>参加費</b>
	・入会したいけど体験もやっておきたい！	<b>7,150円</b> (税込)
	・1回体験は良かったけど、通えるかどうか心配	体験時の水着・キャップ等に指定はございません。詳しくはお申し込み時にお伝えしております。
という方におすすめです♪		

※各体験は1人1回までです。



教室時間割	月	火	水	木	金	教室時間割	土
A 15:00~16:00	月A	火A	水A	木A	金A	J 10:00~11:00	土J
B 16:00~17:00	月B	火B	水B	木B	金B	K 11:00~12:00	土K
C 17:00~18:00	月C	火C	水C	木C	金C	L 14:00~15:00	土L
D 18:00~19:00		火D		木D	金D	A 15:00~16:00	土A

※教室の空き状況はスイミング受付までお問い合わせください。TEL (082) 238-2220

## クラス紹介

お申し込み時の泳力調査をもとに初回レッスン時のクラス分けを行います。

初回レッスン時に目標級の設定とクラス決定を行います。

クラス	級	内容
初級	14級~9級	ゴーグルがなくても泳げるように、水慣れからクロール25m完泳までを、段階に分けて練習します。水に親しみながら泳ぎを覚えていきます。
中級	8級~6級	背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの順番で練習していきます。 4泳法をすべてマスターできるよう、キックや手回しなど変化に富んだ練習を実施していきます。
上級 (個人メドレー)	5級~4級	200m個人メドレーを泳げるように段階に分けて練習していきます。 持久力の強化も期待できます。
上級 (タイム)	3級~AAA級	得意な泳ぎを重点的に、スピード力、持久力をさらにパワーアップしていきます。

その他ご不安なことやご相談がございましたらお気軽にお問い合わせください♪

住所 広島県広島市安佐南区長束4丁目6-33

TEL (082) 238-2220