

春休み水泳教室

生徒募集

受講日程6日間

3月 25日土・27日月・29日水
30日木

4月 1日土 進級テスト・3日月
(希望者のみ)

《受講時間》
AM9:50~
AM11:20

早割企画

早目のお申込みで
受講料がおトクに!!

《受付時間》
AM10:00~
PM19:00
(月曜~金曜)
(土曜は18:00まで)
(日・祝は休み)

期間 1月4日(水)~3月11日(土)

3月11日(土)までにお申込みされると...

通常 ~~12,000円~~が
10,000円に!!
(税込) 得

◎3月13日(月)~18日(土)
までのお申込みは

通常通り
12,000円
(税込)
となります。

最終受付は3月18日(土)まで

★対象:満3歳以上 ★修了証書と記録証を交付します。★本会員の希望者には進級テストを行います。

《一年中泳げる室内温水プール・水温30度・室温32度》

東長崎スイミングスクール

長崎市田中町77番地4 TEL(095)837-0252 FAX(095)837-0264

スクールバス
の送迎は
無料です。

無料スクールバス運行

- 喜々津シーサイド・木床シーサイド・木床・喜々津団地・つつじが丘団地・鶴ノ尾・矢上 方面
- 東高下・諏訪神社・中川・中島川パークサイド・崇福寺入口・小島・三景台・愛宕 方面
- 月の丘・江ノ浦・飯盛団地・戸石・ガーデンシティ・矢上団地・侍石 方面
- 網場・大曲・卸団地・築地橋・番所橋 方面
- 田中町団地・彩が丘・オナーズヒル 方面
- 貝津ヶ丘・青葉台・久山台団地 方面

春休み水泳教室申込書

東長崎スイミングスクール御中 令和 年 月 日

住所	電話 () -				
氏名	フリガナ	男女	保護者名	印	
生年月日	平成 年 月 日生 () 才	学年	幼・小・中・高・() 年		
該当する番号を○で囲み、() 内に記入してください。 1. 顔を水につけることができない。 5. 泳ぐことができる。 会員 () 級 2. 顔を水につけることができる。 クロール () m. 背泳 () m 3. 浮くことができない。 平泳 () m. バタフライ () m 4. 浮くことができる。 6. 特に学びたい泳法 ()					

会費を添えてお申し込みください。

新春おめでとう!!!

謹賀新年

今がチャンス!!

入会金
11,000円(税込)が

無料

期間限定
2/28(火)まで



新年は
1月4日(水)
10時から
営業いたします。

★体験入水は随時行っております。(進級テスト期間を除く)

大人のコース

キャンペーン期間中ご入会された方には
水泳キャップをプレゼント!!

当スクールでは、従来の泳ぐ教室だけではなく、水中腰痛体操など生涯スポーツとしての水中運動を確立しております。



水中運動をされたい方

★水中腰痛体操

腰やひざの関節に負担をかけず運動でき、足腰の筋肉が無理なく強められます。

★アクアランニング

関節に負担をかけず、リラックスした動きは大きな運動効果が得られます。

★アクアエクササイズ

運動効果抜群のプログラム。気分爽快、シェイプアップ効果も期待できます。

水泳をされたい方

初心者から4泳法(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)、スタート及びターンの完全習得まで丁寧に指導いたします。授業は泳力に応じてクラス編成を行い、各級一貫したカリキュラムにより指導いたします。

往年の元オリンピック選手(男性1名、女性1名)の指導があります。

子どものコース

キャンペーン期間中ご入会された方には
水着をプレゼント!!

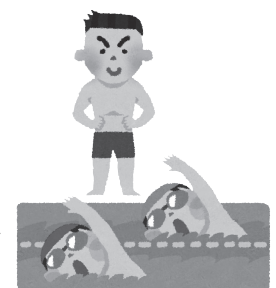
水泳と健康

◎水泳は「右脳関与」のチャンピオン

水泳は最も右脳(創造力)を使う運動の一つです。個体と接触せず、無重力の空間で、しかも自分の動作のほとんどが見えない水泳は、右脳を最大限に発揮しなければうまく泳ぐことはできません。

◎水泳と「ぜんそく」

水泳は肺の機能を活発にして「ぜんそく発作」を抑え心理面でも忍耐強く、積極的になるなど効果が大きいです。特に、「温水プールの湿った温かい空気」は運動誘発ぜんそくを起こしにくくし、規則的な息つきや皮膚を水に触れさせることに鍛錬効果があります。



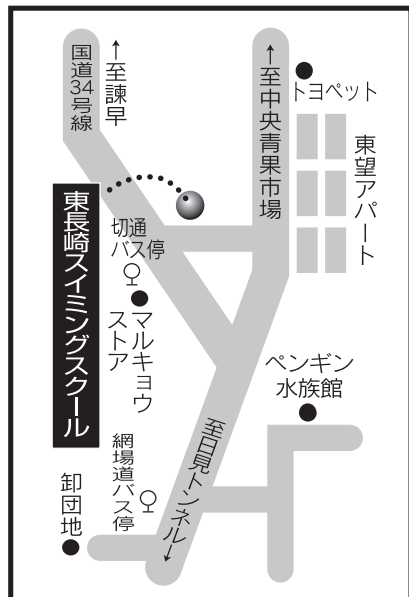
★2つの時間帯を選べるようになりました。(幼稚園を除く)

(例えば、月曜日をBコース、水曜日をCコースと選べるようになります。)

コース名	対象	曜日	時間	符号	月会員
ベビー(親子ペア)	生後6ヶ月から2才半まで	土のみ	14:40~15:30	Q	チケット制 11枚つぶり 9,300円
幼稚園・学童(A)	2才半から	月~土のうち週2回 (学童は木のみ可)	14:40~16:00	A	週2回 11,000円
幼稚園・学童(B)	2才半から	月~土のうち週2回	15:40~17:00	B	週2回 11,000円
学童(C)	6才以上	月~土のうち週2回	16:40~18:00	C	週2回 11,000円
アクアフレンズクラブ(V)	18才以上	何回利用されても	午前・午後	V	8,800円

※詳しくは受付にお尋ねください。 ※日曜・祝日はお休みいたします。

(上記料金は税込です。)



お申込み方法

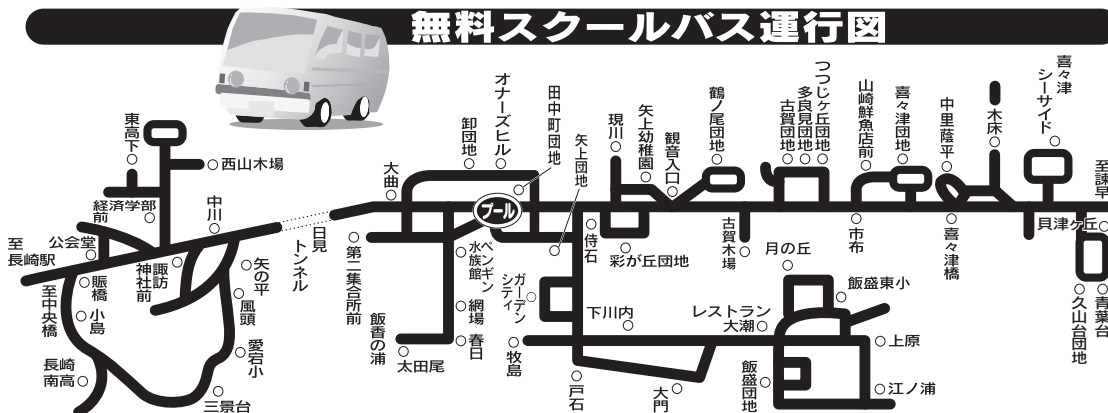
- 届出印・口座番号(郵便局)
- 年会費 5,500円(税込)
- 月会費
- その他用品代

※一度納入された会費等は返金いたしません。

受付にて入会申込書にご記入

ホームページ <http://www.hnss.jp>

無料スクールバス運行図



日本水泳連盟加盟・長崎県水泳連盟加盟・桜泳会スイミンググループ加盟

東長崎スイミングスクール

〒851-0134 長崎市田中町77番地4 TEL(095)837-0252 FAX(095)837-0264