

11 夏休み短期水泳教室

ご案内

各コースとも定員がございます。お申込みはお早めにお早め。



公認水泳教師在籍施設
JSS長岡スイミング&ヘルス館

公認水泳教師が在籍、オリンピック選手を育てた確かな指導力

泳力やご都合に合わせてコースをお選びいただけます。

時間 ●1時限目コース=午前9:00~10:15 ※準備体操15分含む
●2時限目コース=午前10:00~11:15

コース	区分	日程	定員
幼児・小学生 水なれ (本科生対象外) 3日間コース 受講料(税込) 3,990円	3A	7月27日(水)~29日(金)	各20名
	3B	8月3日(水)~5日(金)	
	3C	8月10日(水)~12日(金)	
	3H	8月17日(水)~19日(金)	
3D	8月24日(水)~26日(金)		

コース	区分	日程	定員
水なれ&泳げる 5日間コース 受講料(税込) 6,300円	A	7月25日(月)~29日(金)	各80名
	B	8月1日(月)~5日(金)	
	C	8月8日(月)~12日(金)	
	D	8月22日(月)~26日(金)	

コース	区分	日程	定員
しっかり覚える 10日間コース 受講料(税込) 11,550円	E	7月25日(月)~8月5日(金)	な定員に第
	F	8月1日(月)~12日(金)	
	G	8月8日(月)~26日(金)	

お申込み 受講料と印鑑をご持参ください。お電話によるご予約も承ります。

プレゼント 最終日に泳力認定ワッペンプレゼント(学童・幼児共通)



スクールバスもご利用ください。



■1時限目コース(9:00~10:15)

便名	方面
くじら号	六日市・十日町・豊詰・宮内
いるか号	才津・北山・希望が丘・大島
かっぱ号	東栄・新保・川崎・四郎丸
めだか号	土合京田・長倉・美沢・学校町・花園

■2時限目コース(10:00~11:15)

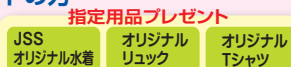
便名	方面
くじら号	高見・新町・表町・宮原
いるか号	天神・新組・稲穂団地・金房
かっぱ号	上川西・神田・中島・日赤・草生津
めだか号	岩塚・来迎寺・浦・前川・今井
とびうお号	栃尾・浦瀬

※バスご利用の際は、別途協力金が必要となります。※学童が対象となります。※停留所につきましてはフロントにおたずねください。

短期教室からの本科入会特典

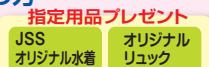
●7・8月本科スタートの方

入会金 0円 +



●9月本科スタートの方

入会金 0円 +



11 夏のジュニアスクール お試し体験教室

曜日を選んで3日間

学童コース
幼児コース

参加者募集! 電話予約OK!!

ご希望の曜日を選んで週1回、期間中に3回のレッスンが受けられます。水のなれ具合や泳力によってグループ分け、本科クラスの教室を体験します。

期間 7月9日(土)~8月31日(水)

参加費 4,200円 (税込)

お申込み 予め参加費と印鑑をご持参の上、お申込みください。お電話によるご予約も承ります。定員になり次第締め切らせていただきます。

送迎バス スクールバスも運行しております。詳しくはフロントまで。

プレゼント 最終日に泳力認定ワッペンプレゼント(学童・幼児共通)



体験教室からの本科入会特典

入会金 2,100円 → 0円



さらに

体験初日までに本科へ入会された方



7月 (学童・幼児コース共通)

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

8月 (学童・幼児コース共通)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

■幼児コース時間

時間	曜日	クラス名
15:30~16:45	月	2C
	火	2D
	水	2E
	木	2M
12:45~14:00	金	2F
	土	1G
13:45~15:00	日	2G

■学童コース時間

時間	曜日	クラス名
16:30~17:45	月	3C
	火	3D
	水	3E
	木	3M
	金	3F
	土	4C
17:30~18:45	日	4D
	月	4E
	火	4M
	水	4F
10:15~11:30	木	5G
	金	3G
14:45~16:00	土	3G
	日	4G

1ヶ月 サマートライアル

1ヶ月分の月会費のみで体験いただけます。

らくらくスイミング 受付 7月30日(土)まで
期間 お申込日から1ヶ月間
お申込み 印鑑、月会費

トライアルからの入会特典

入会金 2,100円 → 0円 + さらに

大人のためのプログラム 豊富なプログラムで健康づくりのチャンス!

らくらくスイミング らくらくスイミング

対象: 中学生以上

スポーツクラブにはない豊富な水中プログラム ひざや腰に負担の少ない健康スイミング

泳げなくても安心のプログラム 顔を上げなくても大丈夫、泳げない方でも安心な水中エアロビクス、水中ウォーキングなど全50のプログラムで健康づくり!

会費のみで、レッスン&全施設ご利用OK!

らくらくデイ会員 (平日10:30~16:00)	月会費	5,775円 (税込)
らくらくナイト会員 (平日17:00~22:00)	月会費	5,775円 (税込)
らくらくフルタイム会員 (月曜日~土曜日)	月会費	6,300円 (税込)

プールレッスン サウナ アスレチックジム お風呂・シャワー

ベビースイミング

生後6ヶ月から始められる親子の楽しいスイミング

- 運動機能の発達に!
- 赤ちゃんといっしょにお母さんも自然に運動できます。
- ママさん同士がお友達に!

ママと一緒に水の小宇宙で遊びましょう!

ベビーコース (0~2才)
(火・金) 11:00~ (土) 11:50~
7/26(火)~8/26(金)は11:50~

月会費 6,300円 (税込)
[回数制限なし]



指導力のJSS長岡だから出来る中身の濃いレッスン 飛び込み・ターン集中コース 4日間

スタート(飛び込み)やターンを中心に集中レッスン! お申込みはお早めにお早め!!

期間 8月1日(月)~4日(木)まで 対象 学童親善水泳大会に出場予定の小学生
時間 午前9:00~10:15 お申込み 印鑑、受講料
受講料 6,300円(税込)

限定20名

JSS長岡 長岡市水泳協会推薦 (社)日本スイミングクラブ協会会員 (財)日本水泳連盟公認プール



受付時間 ■平日/午前10:30~午後7:00 ■休館日/毎日曜日、7/16、8/13・16

☎ 0258-35-0003

【ホームページ】http://www.wash.co.jp/nss/ 長岡市宮内町3400 ●長岡駅よりバスで13分、曙1丁目バス停・東宮内バス停で下車

