

クラス		曜日	時間	定員	指導者数	対象	内容	受講料
子ども	幼児スイミング	火	15:30~16:30	30名	4名	3歳~小学生	泳力に応じた グループ別指導	夏季 3,120円 冬季 3,320円
			16:40~17:40	30名	4名			
	小学生スイミング	水	15:30~16:30	120名	4~5名	小学生		
			16:30~17:30		4~5名			
			17:30~18:30		4~5名			
	幼児スイミング	木	15:30~16:30	30名	4名	3歳~小学生		
16:40~17:40			30名	4名				
幼児スイミング	金	15:30~16:30	30名	4名	3歳~小学生			
		16:40~17:40	30名	4名				
小学生スイミング	土	13:45~14:45	120名	4~5名	小学生			
		14:45~15:45		4~5名				
		15:45~16:45		4~5名				
夏休み短期(小学生)	火~土	9:00~10:00	50名	4~5名	小学生	3,900円		
夏休み短期(幼児)			40名	4名	幼児			
大人	高齢者スイミング	木	13:30~14:30	25名	3名	概ね60歳以上	泳力に応じた グループ別指導	2,680円 プール使用料別
	高齢者水中運動	金	12:45~13:45	20名	1名		高齢者対象の 水中運動	2,680円 プール使用料別
	アクアピクス	木 土	10:15~11:00	各20名	1名 1名	中学生以上の男女	リズムに合わせた 水中運動	2,680円 プール使用料別
	初級スイミング	金	10:50~11:50	各10名	1名		クロール・背泳ぎの基 礎	
		金	19:15~20:15		1名			
	成人スイミング (初級・中級)	火	10:50~11:50	各20名	1名		顔浸け~クロール・背 泳ぎの基礎~四泳法を 習得 (グループ別)	
		水	10:50~11:50		1名			
		木	19:15~20:15		1名			
金		14:00~15:00	1名					
中級スイミング	土	19:15~20:15	10名	1名	四泳法を習得			
上級スイミング	火		10名	1名	しっかり・たくさん泳ぐ			
障害者	障害者スイミング	土	13:00~13:45	10名程度	3~4名	小学生以上の障害者	個別目標	2,680円

クラス		曜日	時間	定員	指導者数	対象	内容	受講料	
子ども	幼児スイミング	月	15:30~16:30	20名	2~4名	3歳以上の幼児	泳力に応じた グループ別指導	夏季 3,120円 冬季 3,320円	
		火	15:30~16:30	20名	2~4名				
		木	15:30~16:30	20名	2~4名				
		土	10:00~11:00	20名	2~4名				
	小学生スイミング	月	16:30~17:30	20名	2~4名	小学生			
		火	16:30~17:30	20名	2~4名				
		木	16:30~17:30	20名	2~4名				
		土	11:00~12:00	20名	2~4名				
	小学生スイミング 上級	火	17:30~18:30	20名	1名	認定小学生			週1回 夏 3,120円 冬 3,320円
		金	16:30~17:30	20名	1名				週2回 夏 4,080円 冬 4,480円
	小学生スイミング 特別上級	月	17:30~19:00	10名	1名	認定小学生			週3回コースのみ 夏季 6,120円 冬季 6,720円
		木	17:30~19:00	10名	1名				
土		13:00~14:30	10名	1名					
夏休み短期(幼児)	5日間	9:00~10:00	30名	2~4名	幼児	3,900円			
夏休み短期(小学生)			40名	2~4名	小学生				
水中運動(ダイエット)	月	10:00~10:50	20名	1名	中学生以上の男女	ダイエットを目的とし た水中運動	2,680円 プール使用料別		

大人	高齢者水中運動 (いきいき)	火	13:30~14:20	20名	1名	概ね60歳以上	高齢者対象の 水中運動	2,680円 プール使用料別
	水中ウォーキング	火	19:00~19:50	15名	1名	中学生以上の男女	水中での 筋力トレーニング	2,680円 プール使用料別
	成人スイミング	木	10:00~11:00	20名	3名	中学生以上の男女	初級から上級まで	2,680円 プール使用料別
	高齢者スイミング	木	11:00~11:50	5名	1名	概ね60歳以上	初心者向けの水泳教室	2,680円 プール使用料別
	アクアピクス	金	10:00~10:50 19:00~19:50	各12名	1名 1名	中学生以上の男女	リズムに合わせた 水中運動	2,680円 プール使用料別