

2024年7月~9月

瀬戸内スイミングスクール 香川校 スケジュール

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日			
	子供スクール	大人プール	子供スクール	大人プール	子供スクール	大人プール	子供スクール	大人プール	子供スクール	大人プール	子供スクール	大人プール		
9:00											8:45~9:45	8:45~9:45		
10:00											キッズ	ジュニア		
11:00	10:30~11:00 アクアZUMBA 玉木		11:00~11:45 ベビーコース ※親子で参加 横井				10:30~11:00 アクアキネシス 玉木		10:30~11:00 はじめて〇〇 西浦		9:50~10:50	9:50~10:50		
12:00	11:10~12:10 スイムトレーニング 玉木	09:00~15:00 フリーコース					11:10~11:40 アクアピクス 玉木	09:00~15:00 フリーコース	11:05~11:50 すいすい〇〇 西浦		キッズ	ジュニア		
13:00	12:30~13:00 アクアベル 小島		12:30~13:00 水中ウォーキング 西浦				13:00~13:30 アクアベル 横井		13:00~14:00 スイムトレーニング 小島		10:55~11:55	10:55~11:55		
14:00	13:10~13:55 はじめて〇〇 小島		13:10~13:55 すいすい〇〇 西浦				13:40~14:25 腰痛コース 横井				キッズ	ジュニア		
15:00											11:00~11:45 ベビーコース ※親子で参加 西浦			
16:00	15:30~16:30 キッズ	15:30~16:30 ジュニア	15:30~16:30 キッズ	15:30~16:30 ジュニア	休館日		15:30~16:30 キッズ	15:30~16:30 ジュニア	15:30~16:30 キッズ	15:30~16:30 ジュニア	12:00~13:00 フリーコース	13:00~14:00 キッズ	13:00~14:00 ジュニア	
17:00	16:35~17:35 キッズ	16:35~17:35 ジュニア	16:35~17:35 キッズ	16:35~17:35 ジュニア			16:35~17:35 キッズ	16:35~17:35 ジュニア	16:35~17:35 キッズ	16:35~17:35 ジュニア	16:35~17:35 キッズ	16:35~17:35 ジュニア	14:05~15:05 キッズ	14:05~15:05 ジュニア
18:00	17:40~18:40 ジュニア		17:40~18:40 ジュニア				17:40~18:40 ジュニア		17:40~18:40 ジュニア	17:40~18:40 ジュニア	17:40~18:40 ジュニア		15:10~16:10 キッズ	15:10~16:10 ジュニア
19:00		18:45~19:45 フリーコース		18:45~19:45 フリーコース					19:00~19:30 マンツーマン 対象:大人・子供 料金:3,300円 大西(恵)・西浦	18:45~19:45 フリーコース				
20:00														

フィットネス会員募集中

①ファミリー会員
2,500円(税込2,750円)
施設内全エリアご利用可能
※カード発行は1人1枚のご登録が必要となります。

②フィットネス会員(学生)
2,980円(税込3,278円)
マシンエリア・スタジオ・シャワー・サウナ利用可
※プールのご利用はできません。

③フィットネス会員(一般)
3,980円(税込4,378円)
マシンエリア・スタジオ・シャワー・サウナ利用可
※プールのご利用はできません。

ご不明な点はお気軽にスタッフまでお問い合わせください

コース対象 **ベビー**
6か月~3歳11ヶ月のお子様とその保護者の方

月会費(税込)

週1回 6,710円
回数自由制 7,260円

※木太校・屋島校のご利用可能。

コース対象 **キッズ**
2歳~年長のお子様

月会費(税込)

週1回 6,710円
週2回 8,580円
週3回 9,130円

コース対象 **ジュニア**
小学1年生~中高生

月会費(税込)

週1回 6,710円
週2回 8,580円
週3回 9,130円

※中高生はお得に通えます

コース対象 **大人** ※担当者は急遽変更になる場合がございます。

- ・はじめて〇〇(初級)⇒1・3週目クロール 2・4週目背泳ぎ
- ・すいすい〇〇(中級)⇒1週目クロール 2週目平泳ぎ 3週目背泳ぎ 4週目バタフライ
- ・スイムトレーニング(上級)⇒1週目クロール 2週目平泳ぎ 3週目背泳ぎ 4週目バタフライ
- ・アクアベル⇒浮力の強いダンベルを使い、沈める事で負荷を音楽に合わせて行うクラスです。
- ・アクアZUMBA⇒スタジオで大人気のダンス系レッスン「ZUMBA」を水中で行うクラスです。
- ・アクアピクス⇒音楽に合わせて無理なく楽しく行うクラスです。
- ・水中ウォーキング⇒自身の体力に合わせて速度を調整し負荷を掛ける事で筋力UPを行えるクラス。
- ・腰痛コース⇒水の負荷を感じながら腰痛予防に必要な筋力UPを行います。