

『キャンペーン対象スクール』

幼児水泳 生後満3歳～6歳の未就学児 50分 2,000円

※水慣れグループ・泳法グループから希望のコースで受講します。
水慣れは水遊びを、泳法は顔付けから始めて4泳法習得を目指します。

火曜～金曜 15:00 | 土曜 14:00

学童水泳 小学1年～中学3年 進級あり 50分 2,000円

※ビート板キック25mから始めて、100m個人メドレーの習得を目指します。
毎月月末に進級記録会を実施します。

火曜～金曜 16:00 | 火曜～金曜 17:00 | 土曜 15:00

学童水泳 小学1年～中学3年 進級なし 50分 2,000円

※4泳法から希望の泳法を選択し習得します。進級はなく、毎月月末の泳力判定会を実施します。

土曜 10:00

ベビースイミング 生後4ヶ月～満3歳の乳幼児 50分 3,000円

※親子のスキンシップと、水中活動を通して赤ちゃんの発育発達を促します。

火曜 11:00 | 土曜 13:00

キッズ☆ダンス 4歳～6歳の未就学児 60分 2,000円

※楽しい振りを覚えて運動神経の発達や体力づくりをします。

金曜 16:30 | 土曜 15:30

キッズ☆ダンスⅡ 小学生 60分 2,000円

※色々な組み合わせのステップを覚えて、かっこよく踊れるように練習します。心肺持久力・筋力・バランス感覚を養います。

火曜 16:30 | 土曜 14:30

バレーボール 小学生 90分 3,000円

※基礎作りや児童期に作られるバランス感覚・すばやさ・たくみさを養うトレーニングをします。

木曜 16:30

マスター会員 16歳以上 3,200円

※お客様の目的に合わせたトレーニングメニューの作成や、マスター向けレッスン（毎月約100レッスン）を好きなだけ受けることができます。

ヨガ 16歳以上 60分 3,000円

※体が硬い方でも大丈夫です。ゆっくりした呼吸でポーズを行えば、体もほぐれて気持ちもリフレッシュできます。

火曜 19:40 | 水曜 13:50 | 水曜 19:35 | 木曜 13:50
木曜 19:35

健康運動教室 16歳以上 60分 3,000円

※運動不足や体力に自信のない方にお勧めです。簡単で無理のない運動なので、楽しく健康づくりができます。

火曜 10:30 | 金曜 11:30

健康いきいきボウリング教室 50歳以上 60分 3,000円

※ボウリングを通して転倒予防や体力づくりや仲間づくりをします。リズムに合わせて正しい投球動作を習得しましょう。

木曜 11:30

産後ビクス 産後5週目～1年 60分 3,000円

※妊娠・分娩による肥満・スタイルの崩れ・体力の低下を改善し、お母さんの健康づくりをお手伝いします。

木曜 10:30

マタニティ・アクア 妊婦 50分 3,000円

※助産士さんのアドバイスの下で妊娠中のママとお腹の赤ちゃんの健康づくりをします。水の中なので体の負担が軽くなります。

木曜 13:00

マタニティ・ストレッチ&ソフトエアロ 妊婦 60分 3,000円

※助産士さんのアドバイスの下で妊娠中のママとお腹の赤ちゃんの健康づくりをします。スタジオで運動します。

土曜 11:30

マスター会員以外は週1回(月4回)の教室となります。
ご希望するクラスの在籍状況をご確認ください。

水夢館1回受講チケットで、水夢館の月受講料を納付できるようになりました

① レッツでも水夢館でも、1枚で1レッスン受講できます!

※水夢館ではマスター会員向けレッスンを受講できます

② 水夢館各種スクールの月受講料をチケットで納付できます!

※例えば…ヨガ会員の受講料をチケット3枚で納付(3,000円分)など ※不足金が発生した場合は不足分を現金にて購入ください

※水夢館使用料への使用はできません ※現金・プリペイドカードへの振り替えはいたしません。また、チケットにて払い戻しをいたしません。

《重要》レジャープール閉鎖のお知らせ

ウォータースライダー等改修工事により、4月30日までレジャープールを閉鎖させていただきます。ご利用のお客様におかれましては、大変ご不便、ご迷惑をおかけしますが、ご了承下さいますようお願い申し上げます。

◎レジャープール閉鎖期間：4月30日まで 再開予定は、5月1日です。

11月～4月の開放時間基本パターン

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日	祝日
10:00		ジムのみ	ジムのみ	ジムのみ				
11:00		ジムのみ	ジムのみ	ジムのみ				
12:00								
13:00	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	休館	全館開放
14:00	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	休館	全館開放
15:00	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	休館	全館開放
16:00	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	休館	全館開放
17:00						18:00		
18:00								
19:00								
20:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00			21:00
21:00								
22:00								

※ジムのみの時間帯はプールは閉鎖しております。

5月～10月の開放時間基本パターン

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日	祝日
10:00								
11:00								
12:00								
13:00	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	休館	全館開放
14:00	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	休館	全館開放
15:00	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	休館	全館開放
16:00	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	全館開放	休館	全館開放
17:00						18:00		
18:00								
19:00								
20:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00			21:00
21:00	ジムのみ	ジムのみ	ジムのみ	ジムのみ	ジムのみ			ジムのみ
22:00								

営業時間のお知らせ

水夢館1回受講チケットの発行は、水夢館受付にて発行いたします。

水夢館 受付