

スクール会員のご案内

コーチの指導のもと水泳・水中運動を習得されたい方のための会員制度です



古河あかやまスイミングスクール
〒306-0004 古河市雷電町1-78
TEL 0280-32-7700(代)

ジュニアコース 4歳～中学生対象

泳法の指導を通じ、心と身体の両面から子供達の成長を促します

○基礎課程

1～30級までの級別指導を採用しており、一歩一歩確実に4泳法をマスターできます

曜日	クラス	時間
月曜日	月 2	PM 3:40～4:50
	月 3	PM 4:50～6:00
	月 4	PM 6:00～7:10
火曜日	火 1	PM 3:40～4:50
	火 2	PM 4:50～6:00
	火 3	PM 6:00～7:10
水曜日	水 2	PM 3:40～4:50
	水 3	PM 4:50～6:00
	水 4	PM 6:00～7:10
木曜日	木 1	PM 3:40～4:50
	木 2	PM 4:50～6:00
	木 3	PM 6:00～7:10
金曜日	金 1	PM 3:40～4:50
	金 2	PM 4:50～6:00
	金 3	PM 6:00～7:10
土曜日	土 11	AM11:00～0:10
	土 12	PM 0:10～1:20
	土 1	PM 1:20～2:30
	土 2	PM 2:30～3:40
土曜日	土 3	PM 3:40～4:50
	土 4	PM 4:50～6:00

○育成・選手課程

(コーチから推薦を受けたスクール会員対象)
大会や自己記録更新といった明確な目標のもと、より高度な泳法技術を身に付けます

クラス	授業回数	曜日・時間
準育成	週4回	月・水・金 PM3:30～4:50
		土 PM0:10～1:20
育成	週4回以上	月PM5:45～7:30 火～木 PM4:35～6:00 土 PM3:40～5:00から選択
選手	週5回	毎月、担当コーチより練習予定表の配布有。予定表の練習時間には準備体操、補強運動の時間も含む。

○フリーレッスン

(小学校高学年～高校生の4泳法習得者対象)
基礎課程の土曜日実施コースから月2回、月4回、もしくは基礎課程の全てのクラスから月4回の授業を選択して受講するシステムです 部活や習い事で忙しい方にお勧めです

クラス	授業回数	曜日・時間
C土2	月2回	基礎課程・土曜日実施のクラスから選択
C土4	月4回	基礎課程の全クラスから選択
CE4	月4回	基礎課程の全クラスから選択

○中学・高校生特別クラス

スクール進級基準24級以上の中学～高校生が対象です
より専門的な練習をおこないます

クラス	授業回数	曜日・時間
土2K	月4回	土曜日 PM 2:25～3:35

3歳児コース 3歳児対象

基礎体力を向上させると同時に、親離れに必要な強い心を養います

曜日	クラス	時間
月曜日	T月 3	PM 3:40 ～ 4:50
水曜日	T水 3	PM 3:40 ～ 4:50
木曜日	T木 3	PM 3:40 ～ 4:50
土曜日	T土11	AM11:00 ～ 0:10
	T土 1	PM 1:20 ～ 2:30
	T土 2	PM 2:30 ～ 3:40

■スクールバス送迎

ジュニアコース受講生は、古河市内及び近隣地域を巡回するスクールバスをご利用いただけます 詳細は問い合わせ下さい(小学生以上)

バス利用料/月	利用回数	週1回	週2回	週3回
片道利用		¥500	¥750	¥900
往復利用		¥1,000	¥1,500	¥1,800

親子コース 1～3歳児と保護者対象

水を持つパワーと親子のふれあいがお子様の心身の発達を促します

曜日	クラス	時間
火曜日	B 火	AM10:40～11:50
木曜日	B 木	AM11:00～ 0:10
土曜日	B 土	AM 9:50～11:00
月4回	Bフリー	火・木・土曜日から選択

特別会員のご案内

水泳・水中運動を自由に行いたい方のための会員制度です

■フリーコース(中学生以上で25m完泳できる方対象)

○利用時間	曜日	時間
	月～金	PM7:30～9:00
	土曜日	PM6:30～8:00

※休館日は除きます。

○年会費	¥3,150
○利用料金	1回 ¥500
	回数券(11回分) ¥5,090
	フリー券(1ヶ月) ¥3,050
	フリー券(3ヶ月) ¥8,140

■水中ウォーキングコース(高校生以上の方対象)

○利用時間	曜日	時間
	月～金	AM9:30～10:30

※休館日は除きます。

※スクールの都合により一部ご利用になれない期間がございます。

○年会費	¥3,150
○利用料金	1回 ¥300
	回数券(11回分) ¥3,050
	フリー券(1ヶ月) ¥2,030
	フリー券(3ヶ月) ¥5,090

一般コース 中学生以上の方対象

泳法技術の習得はもとより、健康維持、ストレス解消に

曜日	クラス	時間
月曜日	M 月	PM 7:30～8:40
火曜日	M 火	PM 7:30～8:40
水曜日	M 水	PM 7:30～8:40
木曜日	M 木	PM 7:30～8:40
金曜日	M 金	PM 7:30～8:40
土曜日	M 土	PM 6:50～8:00

リラククスコース 18才以上の方対象

水の特性を活かした水中歩行やストレッチまたは水中ダンベル等の器具を使った運動で楽しく筋力強化・体力増進

曜日	クラス	時間
月曜日	R 月	PM 0:10～ 1:20
火曜日	R火10	AM10:50～ 0:00
	R火 2	PM 2:00～ 3:10
水曜日	R 水	PM 0:10～ 1:20
	R 木	AM10:50～ 0:00
木曜日	R木12	PM 0:10～ 1:20
	R木 7	PM 7:40～ 8:50
金曜日	R 金	PM 0:10～ 1:20
土曜日	R 土	PM 7:10～ 8:20

婦人コース 18才以上の女性対象

女性同士で気兼ねなくレッスンを受けたいという方におすすめ

曜日	クラス	時間
月曜日	L 月	AM10:40～11:50
水曜日	L 水	AM10:40～11:50
金曜日	L 金	AM10:40～11:50
土曜日	L 土	AM 9:50～11:00

ミドル&シニアコース 40才以上の方対象

体力保持のために水と親しみたい、ゆったりと水泳を行いたいという方に

曜日	クラス	時間
月曜日	G 月	PM 1:30～ 2:30
火曜日	G 火	PM 1:30～ 2:30
木曜日	G 木	PM 1:30～ 2:30

成人フリーコース 18才以上の方対象

一般、婦人、ミドル&シニア、リラククスの中から1コースをお選びいただき、ご都合に合わせて受講して頂けます。
週1回、同じ時間帯の受講が難しい方にお勧めです

スクール会員料金表

○入会金 ¥3,150

コース・クラス	授業回数	授業料/月	コース・クラス	授業回数	授業料/月	
ジュニアコース(基礎課程)小1以下 親子コース 3歳児コース	週1回	¥5,240	婦人コース	週1回	¥6,910	
	週2回	¥7,340		週2回	¥9,540	
	週3回	¥8,390		一般コース	週3回	¥11,740
親子コース(フリーレッスン)	月4回	¥5,660	週4回		¥12,690	
ジュニアコース(基礎課程)小2以上	週1回	¥6,910	ミドル&シニアコース	週5回	¥13,630	
	週2回	¥9,010		週6回	¥14,570	
	週3回	¥10,060		成人フリーコース	月2回	¥3,980
ジュニアコース(育成・選手課程)	準育成	週3～4回	¥9,440		月4回	¥7,440
	育成	週4回以上	¥10,490		月6回	¥9,600
ジュニアコース(フリーレッスン)	選手	週5回	成人フリーコース		月8回	¥11,640
	C土2	月2回			¥3,660	月10回
	C土4	月4回		¥7,120	月12回	¥13,840
	CE4	月4回	¥7,340			