

● レディースコース

15歳以上の女性

月会費 週1回：7,700円 / 週2回：9,900円

美容と健康管理を目的としたコースです。体操で30分間みっちり汗をかいた後、プールで1時間水泳を楽しみましょう！初心者の方でも基礎から丁寧に指導いたします。

レディース 週1回

L11コース	水曜日	10:00 - 11:30
L12コース	土曜日	10:00 - 11:30
L4 - L9コース	月～土	11:00 - 12:30

レディース 週2回

L10コース	水・土	10:00 - 11:30
L1コース	月・木	11:00 - 12:30
L2コース	火・金	11:00 - 12:30
L3コース	水・土	11:00 - 12:30

● プレミアムアクアコース

15歳以上の男女

月会費 一般：7,700円 / 学生：5,500円

開催曜日・時間内であれば自由に施設が利用できるコースです。いつ来ても、何回来てもOK！水中ウォーキングやアクアビクス、機能改善コースなど豊富な無料プログラム満載です。

朝の部

月・火・木・金 9:00 - 11:00

昼の部

月・火・木・金 12:30 - 14:30

夜の部

月～金 19:30 - 21:30

日曜日の部

日曜日 14:00 - 17:00

持ち物：水着・スイムキャップ・バスタオル・ゴーグル（体操に参加される方は体操のできる服装）

有料の水泳指導もございます。詳しくはスタッフまでお問い合わせください。