



エル・アテインスイミングスクール彦根

成人スクールコース一覧

スイミングは基本が大切。正しく美しいフォームをマスターすれば心もカラダもリフレッシュ!
経験豊富なスタッフが、それぞれのレベルに合わせて、楽しく丁寧にご指導いたします。

リフレッシュコース（一般成人男女）

水中での運動やストレッチ体操を行います。コーチやクラスの仲間と楽しみながら、ストレスや肩こりの解消、関節痛を和らげます。

曜日	時間	月会費
水（週1回）	10：00～11：30	7,700円
土（週1回）		7,700円
水・土（週2回）		9,900円

レディースコース（一般女性）

各種泳法の習得を目的とした**女性だけ**のコースです。初めての方へは、水慣れ・顔つけ等の練習から行いますので、無理なく基礎習得していただけます。
美容と健康・ストレス解消にお役立てください。またジュニアコースと同時間で開催しておりますので、お子様と同じ空間で、同じ時間をお過ごし頂けます。

曜日	時間	月会費
月～土（週1回）	ALL	7,700円
月～土（週2回）	11：00～12：30	9,900円

両レッスンとも、30分間体操を行い、60分間プールでのレッスンを行います。

ご入会に必要なもの

- ①登録料（2,200円）
- ②月会費2ヶ月分
- ③顔写真2枚（2cm×2cm）※申込書・カルテ用
- ④キャッシュカード（銀行・信用金庫・郵便局 etc）
※3か月目以降からのお引落としとなります。

**ダブル会員（エル・スポーツ彦根との同時入会）なら、
レッスン以外の時間も遊泳OK & アクアビクスやボールを使った
水中運動等も受講できます。勿論ジム&お風呂も利用OK!!**



入会金：2,200円
月会費：エル・スポーツ彦根の月会費 + エル・アテインスイミングの月会費
(週1回：4,400円・週2回：5,762円)

まずはご体験ください!!