ながでんスイミングで始めよう！初めてでも安心レッスン

ぼくも安心して泳げるよ！



はじめて無料体験会

5/8(月) ～ 5/27(土)

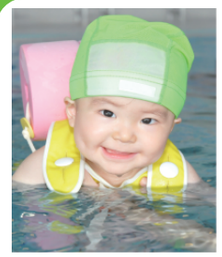
はじめて無料体験会では実際のスクール内での体験となります。
今後通うクラスの遊び内容、練習内容、雰囲気が伝わりやすい体験会です！

※当クラブをはじめて体験されるお子様が対象



スイミングって、良いことがたくさん！

スイミングスクール　コース案内



【ベビーコース】
０歳６ヶ月～２歳

練習日：火/木/土
(10：10～11：00)

【料金】週３回 6,948 円

親子とのスキンシップで愛情が深まります。



【未就園児コース】
２歳～

練習日：火/金(16：00～17：00)
土 (10：00～11：00)

【料金】週１回 5,754 円

水の中で遊ぶ楽しさを覚え体力向上にもつながります。



【幼・保育園児コース】
年少～年長

練習日：月~金(15：50～17：00)
土① (8：50～10：00)
土② (13：20～14：30)

【料金】週１回 6,948 円
週６回 8,928 円

水遊びから始め、無理なく楽しく水に慣れていきます。



【小学生コース】
小学生

練習日：月~金(16：50～18：00)
土① (14：20～15：30)
土② (15：20～16：30)

【料金】週１回 6,948 円
週６回 8,928 円

泳力認定で達成感を味わいながら泳ぎ方を身につけます。



室温34℃ 水温31℃
プール内はいつでもポカポカ♪

疲れにくくて強いカラダに！

プールに入ると水圧により血液循環が促されます。また、水圧がかかる状態で呼吸をすることにより呼吸筋が強化され、心肺機能や持久力が備わります。



記憶力の向上！

スイミングは常に呼吸を行う有酸素運動。この有酸素運動を行うことで脳の記憶機能を活性化させる期待があります。プールで考えながら泳ぐこともそのうちの一つです。

「できた！」が心の成長に！

色々な泳法を習得していく喜びは、心に良い成長をもたらします。新たな目標や課題に向かって、努力する・集中する姿勢が身につきます。

ホームページ QR コードから体験予約可能！
「すいみんぐ体験へようこそ！」のページから体験予約♪

入会特典

５月 28 日（日）までのご入会手続きで

指定用品３点（バッグ 水着 キャップ） ▶ 5,500円

翌月分月会費 ▶ 500円

入会申込み手続きに必要な物

登録料 3,300 円	月の途中から始める場合は日割り分月会費	金融機関口座番号と届出印（八十二銀行 / ゆうちょ / 長野信用金庫 / ＪＡ）	スクールバスをご利用の場合は当月分及び翌月分

●特典付入会の場合は４ヶ月間のご継続が条件となります。詳しくはお問合せください。※チラシ内の金額はすべて税込価格

ながでんスイミングスクール中野

〒383-0021　中野市西 1-1-7

TEL. 0269-26-0480

月～木 /10：00～22：00　金 /14：30～19：30　土 /10：00～21：00　定休日 / 毎週日曜日（他スクールカレンダーによる）

クロール・背泳ぎ 25M 完泳お約束宣言 ～私たちにおまかせ下さい～

※写真はイメージです