

家族や友人との健康づくりや発表会に。  
研修室のみでのご利用も可能です。



1F メインアリーナ 約2410㎡/観覧席2470席 車イス32席/バスケットボールコート3面、バレーボールコート3面、バドミントンコート12面 ※控室、応接室、多目的ルームが別であります。



1F サブアリーナ 約640㎡/バスケットボールコート1面、バレーボールコート1面、バドミントンコート3面



1F プール 25mx8コース/可動床/水深0m~1.5m ジャグジー有り/幼児用プール水深0.5m



2F トレーニング室・スタジオ トレーニング室 約330㎡/スタジオ 約170㎡ 有酸素機器、ウエイトマシン、油圧マシン、ダンベル等



カフェ：108㎡ 約30席



1F 音楽ホール 舞台約290㎡/観覧席301席 車イス4席 ※控室大 控室中 特別室 和室が別にあります。



研修室：100㎡ 約36席



大会議室：190㎡ 約110席



中会議室：80㎡ 約40席



小会議室：41㎡ 約15席



カフェ：108㎡ 約30席



和室：27㎡ 約6畳

## ■ 団体利用のご案内

●事前に予約することで、面を占有して利用することができます。●事前に受付窓口にて団体登録が必要になります。●団体利用予約は、アリーナ関連施設は市内団体4ヶ月前の1日、市外団体3ヶ月前の1日、ホール関連施設は、6ヶ月前の1日から予約が可能です。●付属設備料は別料金となります。

### 【アリーナ関連施設 団体利用料金】

施設	利用時間/利用料金(税込)			
	9時~12時	12時~15時	15時~18時	18時~21時
メインアリーナ	全面	7,920円	7,920円	7,920円
	3分の1	2,640円	2,640円	2,640円
メインアリーナ控室		990円	990円	990円
メインアリーナ応接室		990円	990円	990円
サブアリーナ	全面	3,960円	3,960円	3,960円
	2分の1	1,980円	1,980円	1,980円
大会議室	全面	3,300円	3,300円	3,300円
	2分の1	1,650円	1,650円	1,650円
中会議室	全面	1,650円	1,650円	1,650円
	2分の1	820円	820円	820円
小会議室		990円	990円	990円
和室		990円	990円	990円
多目的ルーム		3,300円	3,300円	3,300円

※利用時間には、準備及び原状回復の時間を含みます。※控室、応接室及び多目的ルームのご利用は、メインアリーナ利用団体に限りです。※市外団体は1.5倍料金となります。※営業宣伝を目的とする利用は、利用料の8倍の金額になります。

### 【ホール関連施設 団体利用料金】

施設	利用時間/利用料金(税込)			
	9時~12時	13時~16時30分	17時30分~21時	9時~21時
ホール(平日)	4,290円	7,150円	9,020円	19,800円
ホール(休日)	5,390円	8,580円	10,780円	24,750円
舞台のみ(平日)	1,280円	2,140円	2,700円	5,940円
舞台のみ(休日)	1,610円	2,570円	3,230円	7,420円
控室	550円	770円	990円	2,310円
研修室	3,300円	3,850円	3,850円	11,000円

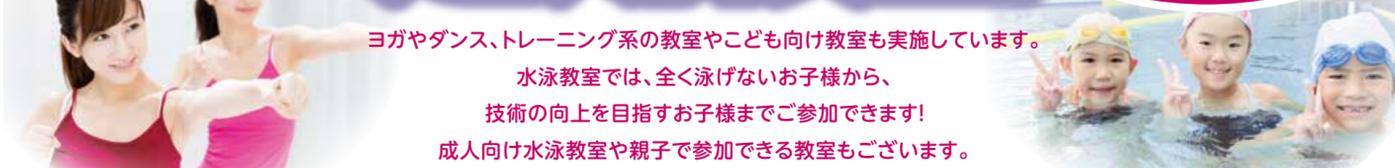
※利用時間には、準備及び原状回復時間を含みます。※控室の利用は、ホール利用団体に限りです。※利用者が入場料等を徴収する場合は、次の金額になります。  
①入場料の最高額が500円以上、1,500円未満の場合は1.5倍になります。  
②入場料の最高額が1,500円以上、3,000円未満の場合は2倍料金になります。  
③入場料の最高額が3,000円以上の場合は2.5倍料金になります。  
※営業宣伝を目的とする利用は、2.5倍料金になります。  
※ホールのうち舞台のみを利用する場合は、利用料の0.3倍料金になります。



楽しみながら運動できる  
教室がいっぱい!

# 2021年度 第2期(9月~12月) 定期教室

参加者募集中!!  
8/16(月)締切  
申込方法は裏面をご覧ください



ヨガやダンス、トレーニング系の教室や子ども向け教室も実施しています。  
水泳教室では、全く泳げないお子様から、  
技術の向上を目指すお子様までご参加できます!  
成人向け水泳教室や親子で参加できる教室もございます。

**コロナウイルス 感染症対策** かみす防災アリーナではお客様に安心してご利用頂けるよう、国や県等の感染症対策に従い、対策を講じて運営を行っております。お客様には、ご利用にあたりご不便をお掛けする場合もあるかと存じますが、ご理解・ご協力の程よろしくお願い申し上げます。施設のご来館・ご利用の際はマスクの着用が必要となっております。

## かみす防災アリーナ

TEL.0299-77-5400 <https://www.kamisu-arena.com/>

〒314-0127 茨城県神栖市木崎1219番地7 開館時間:9:00~21:00 休館日:火曜日(祝日に当たる場合、夏期期間は営業)年末年始(12/29~1/3)、その他施設点検日

**車**  
東関東自動車道  
潮来インターチェンジから  
8.3km約10分

**最寄り駅**  
JR成田線 小見川駅/JR鹿島線 鹿島神宮駅  
最寄り駅から神栖中央公園までの所要時間は、車で約15分~25分程度です。

**東京駅からの高速バス**  
JRバス関東、関東鉄道、京成バス  
東京駅南口より鹿島セントラルホテルまで1時間30分(10分~20分おきに運行)、鹿島セントラルホテルより徒歩15分 タクシー約3分

アリーナ、プール、トレーニング室を個人で利用することができます。  
プール・トレーニング室と温浴施設がセットになってお得な「月額利用」もございます。

### 【プール・トレーニング室 個人利用料金】

種別	利用時間	利用時間/利用料金(税込10%)	
		市内に在住・在勤・在学の方	市外にお住まいの方
プール・トレーニング室 + 温浴施設	一般	1回3時間以内 880円 超過1時間につき220円	1回3時間以内 1,050円 超過1時間につき260円
	小学生 中学生	1回2時間以内 270円 超過1時間につき110円	1回2時間以内 330円 超過1時間につき130円

※個人利用カードを作成することができます。市内該当者として利用・登録する場合は、利用申請書のご記入と市内該当者であることを証明するものをご提示ください。※市外の方でも個人カードを作成することができます。※トレーニング室ではスタジオで行うショートプログラムにもご参加いただけます。※トレーニング室をご利用の際は室内用運動靴と動きやすい服装(ジーパン・スカート等不可)を着用してください。トレーニング室は15歳以上(中学生不可)からご利用できます。※プール・トレーニング室の利用はおむつのお子様から無料でご利用できます。プールをご利用の際は、必ず水泳帽を着用してください。プールのお子様だけの利用は小学4年生以上からとなります。

### 【アリーナ 個人利用料金】

種別	利用時間	各時間枠利用料金(税込10%)	
		市内に在住・在勤・在学の方	市外にお住まいの方
アリーナ	一般	330円	390円
	小学生 中学生	160円	190円

※個人利用は予め競技種目の指定をしております。詳しくはHPをご確認ください。※利用時間には、準備及び原状回復の時間を含みます。※小学生及び中学生の利用は、17時までとなります。ただし、保護者等同伴者がいる場合はこの限りではありません。※ご利用の際は室内用運動靴と動きやすい服装(ジーパン・スカート等不可)を着用してください。※体育用具(ラケット・ボール等)は貸出しも行ってありますが、数に限りがございます。

# かみす防災アリーナ

運動レベル ★小 ★★中 ★★★大

【対象】教室の参加に何ら支障なく、グループ練習が可能な方

2021年度  
第2期  
(9月～12月)

# 定期教室

かみす防災アリーナではお客様に安心してご利用頂けるよう、国や県等の感染症対策に従い、対策を講じて運営を行っております。お客様には、ご利用にあたりご不便をお掛けする場合もあるかと存じますが、何卒ご理解・ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

お申し込み  
方法は  
3通り

8月16日(月)  
必着

お電話でのご応募、  
ご予約は出来ませんので  
ご了承ください。

1 往復ハガキで申し込み

往復はがきに必要事項をご記入の上ご応募ください。

2 窓口で申し込み

返信用の官製はがきをお持ちいただき、窓口配布の「応募用紙」に必要事項全てをご記入の上窓口にて直接ご応募ください。

3 ネットで申し込み

ホームページの教室申込のところからご応募ください。8月16日(月)23:59まで

<https://www.kamisu-arena.com/subscription/>  
かみす防災アリーナ スポーツ教室

63 3140127  
茨城県神栖市  
木崎1-2-9番地7  
かみす防災アリーナ  
教室担当宛

記入しないよう  
お願い致します

63  
返信  
〇〇  
〇〇  
〇〇  
〇〇  
〇〇  
〇〇  
〇〇  
様

①教室番号  
②教室名  
③曜日・時間  
④氏名(フリガナ)  
⑤生年月日(西暦)・年齢・性別  
⑥住所  
⑦連絡先電話番号

【往信用 表面】 【返信用 裏面】 【返信用 表面】 【往信用 裏面】

【お客様の個人情報】について／お預かりいたしました個人情報は法令に従い、かみす防災アリーナ(指定管理者:神栖防災アリーナPFI株式会社)で適切に管理・保管致します。利用目的等詳細につきましてはホームページに記載されている「個人情報の取扱について」「個人情報保護方針」をご確認ください。

●返信用ハガキにもご住所・氏名をご記入ください。●申込者が定員を超える場合は、抽選となります(神栖市在住の方を優先します)。●当落は返信ハガキ及びメールにてお知らせします。●各教室、各曜日1通ずの申込になります。●当選された方はキャンセルがないようお願いします。●募集人数より申込み人数が大幅に少ない教室はやむをえず中止になる場合がございます。●参加対象は教室の参加に何ら支障なく、グループ練習が可能な方になります。●教室申込後初回も定員に空きがある教室は残り回数分の参加料で参加できます。●年度内であれば同じ教室(曜日・時間・内容)に継続申し込みが出来ます。●大人教室ご参加の方は温浴施設をご利用いただけます。

大人向け教室  
15歳以上(中学生不可)

スタジオ

施設	曜日	教室番号	教室名	運動レベル	時間	一括料金(税込)	回数	定員数	内容	初回目
アリーナ	月	001	バドミントン	★★	10:00~11:20	12,320円	14回	12人	基本から応用を行い、ゲーム形式での練習も行ない立ち位置やゲームメイクの仕方も行なっていきます。準備・片付けの時間も含まれます。※ラケット持参	9/6
		002	卓球(初心者)	★★	10:00~11:30	12,320円	14回	10人	ラケットの持ち方など全くの初めてからラリーが出来るまで丁寧に指導いたします。卓球を一度も習ったことが無い方、健康増進に最適なクラスです。	9/2
		003	卓球(初級・中級)	★★	13:00~14:30	12,320円	14回	10人	フォア打ち、バック、ツッツキ等の基本打法や、フットワークの使い方等を練習していきます。準備・片付けの時間も含まれます	
	月	004	太極拳	★	10:00~10:50	12,320円	14回	15人	中国で始められた拳法で、円を描くようなゆっくりした動作を深呼吸に合わせて行う健康法です。	9/6
		005	ピラティス	★★	11:00~11:50	12,320円	14回	15人	体の中心となる骨盤と背骨に意識を向けて、姿勢の矯正、腰痛・肩こりの予防、美しいボディラインをつくります。	
		006	figure8	★★★	18:30~19:20	12,320円	14回	15人	床と平行な面に、腰で「8」の字を描くようにするエクササイズです。体幹を意識しながらウエストを絞り込むように腰を動かしてシェイプアップを目指します。	
		007	ボディメンテナンス	★★	19:30~20:20	12,320円	14回	15人	マット(サーキット)を行ない筋力強化を目指します。また道具を使用したトレーニングを行ない、身体の安定や姿勢の改善・健康増進も目指します。	
		008	初級エアロ	★★	10:00~10:50	11,440円	13回	15人	エアロピクスの基本ステップを中心に前後左右の移動やジャンプ、ランニングなどで楽しく動きます。	
		009	ZUMBA GOLD	★	11:00~11:50	11,440円	13回	15人	初心者や高齢者にも踊りやすいようにデザインされたプログラムです。シンプルな動きで低強度な運動なので初めての方にオススメです。	
	水	010	ZUMBA	★★	13:00~13:50	11,440円	13回	15人	ラテン系の音楽とダンスを融合した燃焼系ダンスフィットネスです。初めての方も安心して参加いただけます。	9/1
		011	STRONG NATION	★★★	18:30~19:20	11,440円	13回	20人	HITT高強度のテンポトレーニングのクラスです。音に合わせて全身を鍛えます。HITT(不完全回復をはさみながら高強度・短時間の運動(無酸素運動)を繰り返すトレーニング※アリーナ	
		012	バレトン	★★	19:30~20:20	11,440円	13回	20人	バレエ・フィットネス・ヨガの動きをバランスよく組み合わせ、裸足で行うボディメイクエクササイズです。※アリーナ	
木	013	癒しヨガ	★	10:00~10:50	12,320円	14回	15人	ゆっくりとした自然な動きをベースに、心と身体の内側からリラックスしていきます。	9/2	
	014	シェイプヨガ	★★	11:00~11:50	12,320円	14回	15人	呼吸に合わせてダイナミックに流れるようにポーズを行っていきます。筋力アップや柔軟性の向上、体幹の強化など、継続していくことで色々な美しい身体づくりが期待出来ます。		
	015	ピラティス	★★	12:00~12:50	12,320円	14回	15人	体の中心となる骨盤と背骨に意識を向けて、姿勢の矯正、腰痛・肩こりの予防、美しいボディラインをつくります。		
	016	タヒチアンダンス	★★	13:00~13:50	12,320円	14回	15人	タヒチ伝統の力強く女性らしい魅力的なダンスを行います。くびれや腹筋が欲しい方、また足のシェイプアップにも効果的なクラスです。		
	017	NEW 便秘・肩こり解消ヨガ	★★	18:30~19:20	12,320円	14回	15人	様々なヨガのポーズを行い、筋肉の柔軟性の向上、体幹の強化などを行い、便秘や肩こりを解消していくクラスです。		
	018	コアシェイプ	★★★	19:30~20:20	12,320円	14回	20人	シェイプアップ・筋力アップ・基礎代謝を向上させるトレーニングを行います。男性指導員が行うので、男性参加者の方も気軽に参加頂けます。※アリーナ		
	019	骨盤調整ヨガ	★★	10:00~10:50	12,320円	14回	15人	骨盤を支えているインナーマッスルを動かして正しい位置にリセットし、心と身体のコンディションを整えます。		
	020	NEW ヨガ&フィットネス	★★	11:00~11:50	12,320円	14回	15人	健康や体力の維持・向上を目的にヨガを行います。体を引き締めたい方におススメのクラスです。		
金	021	バレトン	★★	13:00~13:50	12,320円	14回	15人	バレエ・フィットネス・ヨガの動きをバランスよく組み合わせ、裸足で行うボディメイクエクササイズです。	9/3	
	022	ピラティス	★★	18:30~19:20	12,320円	14回	15人	体の中心となる骨盤と背骨に意識を向けて、姿勢の矯正、腰痛・肩こりの予防、美しいボディラインをつくります。		
	023	体幹トレーニング	★★★	19:30~20:20	12,320円	14回	15人	体幹を鍛え姿勢改善をします。太りにくく健康を保てる身体作りを一緒にしましょう。男性指導員が行うので、男性参加者の方も気軽に参加頂けます。		
土	024	ZUMBA	★★	10:00~10:50	9,680円	11回	15人	ラテン系の音楽とダンスを融合した燃焼系ダンスフィットネスです。初めての方も安心して参加いただけます。	9/4	
	025	ピラティス	★★	13:00~13:50	9,680円	11回	15人	体の中心となる骨盤と背骨に意識を向けて、姿勢の矯正、腰痛・肩こりの予防、美しいボディラインをつくります。		
月	026	成人水泳	—	10:00~10:50	12,320円	14回	10人	初級者はクロール・背泳ぎ習得を目標に練習し、中級者は平泳ぎ・バタフライ習得を目標に指導します。	9/6	
	027	種目別水泳【背泳ぎ】	—	11:00~11:50	12,320円	14回	10人	25m背泳ぎ完泳を目標に練習します。対象:バタ足が出来る方		
	028	アкваピクス	★★	13:00~13:50	12,320円	14回	10人	リズムに合わせて全身を水中で動かしていくダンスエクササイズです。※水深120cm		
水	029	水中運動	★	11:00~11:50	11,440円	13回	10人	水の中で浮き具を使った運動、水中ウォーキングを行い、腰痛、膝痛の予防改善等を目的に水中運動指導を実施します。	9/1	
	030	成人水泳	—	19:00~19:50	11,440円	13回	10人	初級者はクロール・背泳ぎ習得を目標に練習し、中級者は平泳ぎ・バタフライ習得を目標に指導します。		
木	031	成人水泳	—	19:00~19:50	12,320円	14回	10人	初級者はクロール・背泳ぎ習得を目標に練習し、中級者は平泳ぎ・バタフライ習得を目標に指導します。	9/2	
	032	水中運動	★	10:00~10:50	12,320円	14回	10人	水の中で浮き具を使った運動、水中ウォーキングを行い、腰痛、膝痛の予防改善等を目的に水中運動指導を実施します。		
	033	アкваピクス	★★	11:00~11:50	12,320円	14回	10人	リズムに合わせて全身を水中で動かしていくダンスエクササイズです。		
	034	成人水泳(初心・初級)	—	13:00~13:50	12,320円	14回	10人	初級者は泳ぐことが初めての方を対象に浮くことから練習し、初級者はクロール・背泳ぎ習得を目標に練習していきます。		
土	035	成人水泳	—	10:00~10:50	9,680円	11回	10人	初級者はクロール・背泳ぎ習得を目標に練習し、中級者は平泳ぎ・バタフライ習得を目標に指導します。	9/4	
	036	成人水泳	—	11:00~11:50	9,680円	11回	10人	初級者はクロール・背泳ぎ習得を目標に練習し、中級者は平泳ぎ・バタフライ習得を目標に指導します。		
	037	シェイプアква	★★★	12:00~12:50	9,680円	11回	10人	リズムに合わせて全身を水中で動かして、シェイプアップ、筋力アップを目的にした燃焼系アкваエクササイズです。※水深120cm		
月	201	初級英会話	—	13:00~13:50	12,320円	14回	20人	簡単な日常会話の取得を目標に、アメリカ人の先生と学ぶコースです。会話だけでなく、リスニングやリーディングの強化も図ります。	9/6	
	202	親子英会話	—	15:00~15:50	12,320円	14回	10組	4歳~6歳の幼児を対象にアメリカ人の先生とかんたんなクラフトを作ったり、絵本を読んだり親子で楽しみながら英語を学べるレッスンです。		

15歳以上向け教室

スタジオ

※幼児キッズクラスは教室開始月に年齢が達している幼児が対象です。

プール

施設	曜日	教室番号	教室名	時間	一括料金(税込)	回数	定員数	内容	初回目
アリーナ	水	101	赤ちゃん親子ピクス	10:00~10:50	11,440円	13回	10組	生後2ヶ月から歩行開始前までの赤ちゃん和妈妈を対象に、ママはストレッチ等で体を動かしたりフレッシュ。赤ちゃんとはマッサージをしながらスキンシップを取ります。	9/1
		102	親子ピクス	11:00~11:50	11,440円	13回	10組	1歳6ヶ月以上の未就園児を対象に音楽に合わせてリズム体操をしながら親子で楽しみ全身運動をします。	
	木	103	キッズ体操	16:00~16:50	12,320円	14回	20人	4歳以上の幼児を対象に、体操器具に触れ、運動能力の向上と、自立心・積極性・協調性を育成します。	9/2
		104	ジュニア体操①	17:00~17:50	12,320円	14回	20人	小学生を対象に、身体を動かす楽しさを学びます。体操器具を使用し、学校で習う種目を練習します。	
		105	ジュニア体操②	18:00~18:50	12,320円	14回	20人	小学生を対象に、身体を動かす楽しさを学びます。体操器具を使用し、学校で習う種目を練習します。	
	月	106	キッズ運動克服	16:00~16:50	12,320円	14回	15人	4歳以上の幼児の運動が苦手な子を対象に、体操器具を使い、運動神経を養います。	9/6
		107	ジュニア運動克服	17:00~17:50	12,320円	14回	15人	小学生の運動が苦手な子を対象に、体操器具を使い、運動神経を養います。	
	水	108	キッズダンス	16:00~16:50	11,440円	13回	15人	4歳以上の幼児を対象にダンスの指導を行いリズム感を養います。たくさん踊ってダンスをマスターしよう。	9/1
		109	ジュニアダンス[低学年]	17:00~17:50	11,440円	13回	15人	小学生1年生~3年生を対象にダンスの指導を行いリズム感を養います。ダンスを基礎から練習しよう。	
		110	ジュニアダンス[高学年]	18:00~18:50	11,440円	13回	15人	小学生4年生~6年生及び中学生を対象にダンスの指導を行いリズム感を養います。ダンスを基礎から練習しよう。	
	木	111	NEW キッズバレエ	16:00~16:50	12,320円	14回	10人	5歳以上の幼児を対象にバレエの基礎となるストレッチやバレエレッスンを選び、正しい姿勢や柔軟性を身につけます。※別途バレエシューズ代がかかります。	9/2
112		NEW ジュニアバレエ	17:00~17:50	12,320円	14回	12人	小学1年生~4年生を対象にバレエの基礎となるストレッチやバレエレッスンを選び、正しい姿勢や柔軟性を身につけます。※別途バレエシューズ代がかかります。		
金	113	キッズダンス	16:00~16:50	12,320円	14回	15人	4歳以上の幼児を対象にダンスの指導を行いリズム感を養います。たくさん踊ってダンスをマスターしよう。	9/3	
	114	ジュニアダンス	17:00~17:50	12,320円	14回	20人	小学生を対象にダンスの指導を行いリズム感を養います。中学校で必須科目となったダンスを基礎から練習しよう。		
	115	キッズ新体操	11:00~11:50	9,680円	11回	12人	5歳以上の幼児を対象に、新体操のリボンなどを使い楽しく新体操を学びます。※別途手具代がかかります。		
	116	ジュニア新体操	12:00~12:50	9,680円	11回	15人	小学1年生~3年生を対象に、新体操のリボンなどを使い楽しく新体操を学びます。※別途手具代がかかります。		
	117	キッズ鉄棒&跳び箱集中	15:00~15:50	9,680円	11回	15人	4歳以上の幼児を対象にとび箱の開脚跳び、鉄棒の前回り逆上がりを中心に技の習得を目指します。		
	118	ジュニア鉄棒&跳び箱集中	16:00~16:50	9,680円	11回	15人	小学生を対象にとび箱の開脚跳び、鉄棒の逆上がりを中心に技の習得を目指します。		
	119	ジュニア運動克服	17:00~17:50	9,680円	11回	15人	小学生の運動が苦手な子を対象に、体操器具を使い、運動神経を養います。		
月	120	水慣れ	15:00~15:50	12,320円	14回	15人	3歳以上のおむつが取れている幼児を対象に、楽しく遊びながら水に親しみ、水泳の基礎を身につけます。	9/6	
	121	キッズ水泳	16:00~16:50	12,320円	14回	20人	4歳以上の幼児を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
	122	ジュニア水泳①	17:00~17:50	12,320円	14回	30人	小学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
水	123	ジュニア水泳②	18:00~18:50	12,320円	14回	30人	小・中学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。	9/1	
	124	水慣れ	15:00~15:50	11,440円	13回	15人	3歳以上のおむつが取れている幼児を対象に、楽しく遊びながら水に親しみ、水泳の基礎を身につけます。		
	125	キッズ水泳	16:00~16:50	11,440円	13回	20人	4歳以上の幼児を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
	126	ジュニア水泳①	17:00~17:50	11,440円	13回	30人	小学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
	127	ジュニア水泳②	18:00~18:50	11,440円	13回	30人	小・中学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
木	128	キッズ水泳①	15:00~15:50	12,320円	14回	20人	4歳以上の幼児を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。	9/2	
	129	キッズ水泳②	16:00~16:50	12,320円	14回	20人	小学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
	130	ジュニア水泳①	17:00~17:50	12,320円	14回	30人	小学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
金	131	ジュニア水泳②	18:00~18:50	12,320円	14回	30人	小・中学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。	9/3	
	132	キッズ水泳①	15:00~15:50	12,320円	14回	20人	4歳以上の幼児を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
	133	キッズ水泳②	16:00~16:50	12,320円	14回	20人	小学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
	134	ジュニア水泳①	17:00~17:50	12,320円	14回	30人	小学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
	135	ジュニア水泳②	18:00~18:50	12,320円	14回	30人	小・中学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
土	136	親子水泳	13:00~13:50	9,680円	11回	20組	3歳以上のおむつが取れているお子様に水泳を習わせた。でも、もう少しそばで見守ってあげたい。まだ1人でスクールに通わせるのは不安。そんな親子が一緒に参加できるプログラムです。	9/4	
	137	キッズ水泳①	14:00~14:50	9,680円	11回	20人	4歳以上の幼児を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
	138	キッズ水泳②	15:00~15:50	9,680円	11回	20人	小学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
	139	ジュニア水泳①	16:00~16:50	9,680円	11回	30人	小学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。		
140	ジュニア水泳②	17:00~17:50	9,680円	11回	30人	小・中学生を対象に、全く泳げない子から技術の向上を目指す子まで、レベルに分けて基本から習得していきます。			

カルチャー

施設	曜日	教室番号	教室名	時間	一括料金(税込)	回数	定員数	内容	初回目	
研修室	月	201	初級英会話	—	13:00~13:50	12,320円	14回	20人	簡単な日常会話の取得を目標に、アメリカ人の先生と学ぶコースです。会話だけでなく、リスニングやリーディングの強化も図ります。	9/6
		202	親子英会話	—	15:00~15:50	12,320円	14回	10組	4歳~6歳の幼児を対象にアメリカ人の先生とかんたんなクラフトを作ったり、絵本を読んだり親子で楽しみながら英語を学べるレッスンです。	