

スイミングスクールのご案内

	日	月	火	水	木	金	土
9:00	9:30~ 学童					休 館 日	9:30~学童 (カメ~18歳)
10:00	10:30~ 学童	10:30~ ママと離れて…		10:15~ ベビー	10:45~ ママと離れて…		10:30~ 学童
11:00							11:30~ ベビー
12:00				1:00~ 親子水泳教室			1:00~ 学童
2:00							2:00~ 学童
3:00				2:30~ キッズ			3:10~ 学童 キッズ
3:10							学童 キッズ
4:15		学童 キッズ	学童 キッズ	学童 キッズ	学童 キッズ		学童 キッズ
5:15							
5:20		学童	学童	学童	学童		学童
6:20							
6:30		学童 選手・育成	学童 選手・育成	学童 選手・育成	学童 選手・育成		
7:30		選手・育成	選手・育成	選手・育成	選手・育成		

ベビースイミング (6ヶ月位~2歳)

水・土どちらに来てもOK!!

親子のスキンシップのお手伝い。水の中でたくさん動いてお母さんも赤ちゃんも元気になろう。お父さんも大歓迎!

親子水泳教室

(2歳~3歳)

パタ足をしたり、背面キックをしたり泳ぎの基本をお母さんと一緒に練習していきます!

ママと離れてお水で遊ぼう!(定員制)

(2歳半~3歳児対象)

お母さんから離れての練習だけど…
コーチとお友達と一緒にだから大丈夫!
コーチとたくさん練習しよう!!
*幼稚園・保育園未就学児のみ対象

キッズクラス(定員制)

(3歳児対象)

お母さんから離れての練習だけど…
コーチとお友達と一緒にだから大丈夫!
コーチとたくさん練習しよう!!

学童クラス

(4歳~)

キック~背泳ぎ~クロール~平泳ぎ~バタフライの順番で基礎からしっかり練習していきます!
カッコいい泳ぎを身につけよう!!

学童週5コース

(4歳~)

学童コースから自由に曜日・時間を
選択して週5回通えます★
たくさん練習して大会に出よう!
月会費10,000円(税込10,800円)

入会時に必要なもの

- ★入会金3,000円(税込3,240円)
- ★月会費2カ月分(現金でのお支払いとなります)
月会費 週1回6,000円(税込6,480円)
週2回7,500円(税込8,100円)
- ※兄弟割引 初回月会費1,000円引きとなります
(バス利用の場合はバス代1,000円税込1,080円/月)
- ★口座番号・銀行印
- ★証明写真(スナップOK)
- キッズから指定水着 男2,000円(税込2,160円)
女3,500円(税込3,780円)
- 指定スイムキャップ 500円(税込540円)
- ビート板 1,450円(税込1,566円)
- ビート板バッグ 2,500円(税込2,700円)

※入会の手続きはご希望日の前日までにお願い致します。

SAM松本スイミングスクール 休館日: 金曜

〒390-0851 松本市島内5304-1 Tel.0263-47-0370



スタジオレッスンご案内

月	火	水	木	金
	16:20~17:10 クラシック バレエ (幼児)	16:30~17:30 初級 空手		16:30~17:30 基礎体操教室 (年少~)
17:00~17:50 キッズ体操 教室 (年中~小3)	17:10~18:10 クラシック バレエ (低学年)	17:00~18:00 中・上級空手	17:00~17:50 キッズ & ジュニア ダンスアカデミー (初級)	
17:50~18:50 キッズ エアロビック (中・上級者)	17:40~18:40 クラシック バレエ (高学年)	18:00~19:00 キッズ HIPHOP	18:00~18:45 キッズ チアダンス	18:00~19:00 キッズ ストリートダンス
18:50~20:05 スキルアップ クラス (有料)	19:00~20:00 キッズ ピンポン 教室			

- クラシックバレエ** 子供向けのバレエ教室です。幼児クラス・小学生クラスあり。初心者から参加していただけます。
- キッズピンポン教室** 子供向けのピンポン教室です。初心者から参加していただけます。小学生~。
- キッズヒップホップ
キッズストリートダンス** ダンスのクラスです。小学生位~。
- キッズチアダンス** チアダンスのクラスです。6才位~。
- キッズ&ジュニア
ダンスアカデミー** ジャズ、ヒップホップのクラスです。小学生~。初級・中級あり。
- キッズ体操教室** はずむ、歩く、跳ぶ、振る、転がるなど基本の運動を通し、「元気なからだと心」を育てていくクラス。年中~小3対象。
- キッズエアロビック
(中・上級者)** サムグループはJAF登録クラブになっています。基本からエアロビックを学べます。小学生対象。
- スキルアップクラス** 子供から大人までエアロビックの技術向上を目的としています。有料クラス。
- 空手** 空手の基本を学び、礼儀作法・集中力を養います。5歳位~。
- 基礎体操教室** マットを使って前転をしたり、鉄棒で逆上がりをしたり・・・体操の基礎を学びます。年少~。



入会時に必要なもの

- *入会金 3,000円 (税込3,240円)
- *月会費 2ヶ月分 (現金でのお支払いとなります)
月会費 週1回 6,000円 (税込6,480円)
週2回 8,500円 (税込9,180円)
- *口座番号のわかるもの、銀行印
- *証明写真 (スナップOK)

スポーツネットワークSAM松本
〒390-0851 松本市島内5304-1
TEL 0263-47-0370