

## スイミング教室のご案内

### ベビークラス (首座り～3歳未満)

親子の楽しいスキンシップのお手伝い。  
水の中でたくさん動いてママも赤ちゃんも  
元気になろう！もちろんパパも大歓迎！

### キンダークラス (3歳児 定員制)

ママから離れての練習だけどコーチと  
お友達が一緒だからがんばれる。お水と  
仲良くなってみんなを驚かせよう！

### 学童週1回練習クラス (4歳児～)

お顔つけ、バタ足から個人メドレーまで  
基礎からしっかり練習しながら、健康的な  
体をつくります。

### 学童週2回練習クラス (4歳児～)

水泳が大好きな人、速く泳げるよう  
になりたい人大募集！体力の向上、集中力  
UPを目指してたくさん泳ごう！

### 選手・育成クラス

各種大会への参加を目的とした、泳ぎの技術や体力面の向上を目指します。(コーチ推薦)

	月	火	水	木	金	土
10:00 11:00						ベビー
10:15 11:15						学童 18～20級
10:30 11:30		ベビー		キンダー		
11:15 12:15				11:40～ マタニティー		学童
2:00 3:00						学童 キンダー
3:05 4:05						学童
4:15 5:15	学童・キンダー 振替教室	学童 キンダー	学童	学童 キンダー	学童 キンダー	学童
5:20 6:20	学童	学童	学童	学童	学童	学童 振替教室
6:25 7:25	学童 選手・育成	学童 選手・育成	学童 振替教室	学童 選手・育成	学童 選手・育成	
6:20 8:20	選手・育成	選手・育成		選手・育成	19:30～ 中高生 選手・育成	

# スイミングバスコース

## 月・木 コース

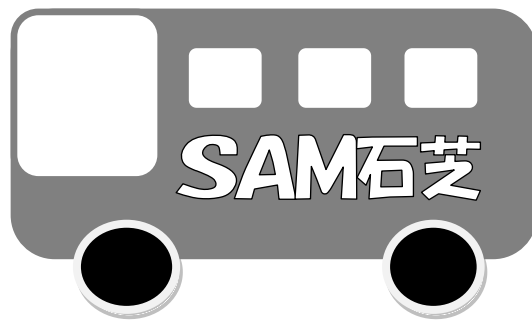
- ① 神林 ~ 波田
- ③ 波田 ~ 山形

## 火・金 コース

- ① 高宮 ~ 征矢野 ~ 笹賀
- ③ 火曜 南松本 ~ 井川城 ~ 両島 ~ 笹部  
金曜 神林 ~ 菅野 ~ 芳川 ~ 二美町

## 水・土 コース

- ① 木工町 ~ 渚 ~ 新村 ~ 和田
- ③ 木工町 ~ 芳川 ~ 神林 ~ 和田

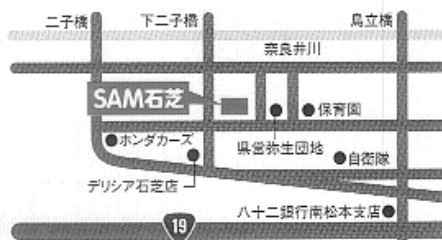


## 入会時ご用意いただくもの

- ☆ 入会金 3,000円(税別)
- ☆ 月会費2ヶ月分
  - 週1回 6,000円(税別)  
(ベビースイミング教室のみフリー受講制のため週2回の受講可能)
  - 週2回 7,500円(税別)
- ☆ バス代2ヶ月分 1,000円(税別) / 月
- ☆ 口座番号・銀行届出印 (翌々月より口座引き落としのため)
- ☆ 写真 (会員カード用) スナップ写真OK
- ☆ 用品代
  - ビート板 1,450円(税別)
  - ビート板バック 2,500円(税別)



スポーツネットワーク  
**SAM石芝**  
[SAM石芝スイミングスクール]  
〒399-0007 松本市石芝4-1-1  
☎ 0263-27-5210  
☎ 0263-27-2937



◎営業時間:平日(月~金) 10:00~23:00 土曜日 10:00~21:30 祝日 10:00~18:00 休館日:日曜日