

スイミングスクールのご案内

	日	月	火	水	木	金	土
9:30	9:30~ 学童					休 館 日	9:30~学童 (20~36級)
10:30	10:30~ 学童			10:15~ ベビー	10:45~ ママと離れて...		10:30~ 学童
11:30			11:30~ ママと離れて...				11:30~ ベビー
12:30							
1:00				1:00~ 親子水泳教室			1:00~ 学童
2:00							2:00~ 学童
3:00				2:30~ キダー			3:10~ 学童 キダー
3:10							
4:15	4:15~ 学童 キダー	4:15~ 学童	4:15~ 学童	4:15~ 学童 キダー	4:15~ 学童 キダー		4:15~ 学童 キダー
5:15							
5:20	5:20~ 学童	5:20~ 学童	5:20~ 学童	5:20~ 学童	5:20~ 学童	選手 5:30~7:30	
6:20							
6:30	6:30~学童 (1~19級)	6:30~学童 (1~19級)	6:30~ 学童	6:30~ 学童			
7:30			選手 6:30~9:00	選手 6:30~9:00	選手 6:30~9:00		
9:00							

ベビースイミング (6ヶ月位~2歳)

月会費 6,600円(税込)
水・土ベビーどちらに来て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♪

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付けよう!!

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15,730円(税込)

親子水泳教室 (2歳~3歳)

月会費 6,600円(税込)
水親子・土ベビーどちらに来てOK!!
バタ足をしたり、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

キダークラス(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!!

入会手続きに必要なもの

- 入会金3,300円(税込)
- 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 8,140円(税込)
週2回 11,330円(税込)

- ※兄弟割引 初回月会費 1,100円(税込)引き
- ※バス運行料金 ⇒ 無料(年長~)
- 口座番号・銀行印 顔写真(スナップOK)

指定水着(ベビー・親子教室除く)

男 100~140		2,310円(税込)
S~LL		2,365円(税込)
女 100~140	ワンピース	3,960円(税込)
	セパレーツ	4,180円(税込)
	S~LL ワンピース	4,015円(税込)
	セパレーツ	4,290円(税込)
	指定スイムキャップ	550円(税込)
	ビート板	1,705円(税込)
	ビート板バッグ	2,860円(税込)

※入会手続きはご希望日の前日までにお願い致します。
直接ご来館のうえお申し込みください。

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 TEL0263-47-0370



スイミングバスコース

月曜日

11号車 ★横田～里山辺～浅間～追分

6号車 ★清水～兔川寺～惣社～宮渕 ★清水～北小松～山辺～開智

火曜日

11号車 ★立石～豊科駅～たつみ原団地 ★堀金～豊科

6号車 ★大村～浅間～岡田

水曜日

11号車 ★堀金～豊科

7号車 ★神沢～岡田～追分 ★島内～豊科田沢～明科

6号車 ★清水～県～里山辺～開智

木曜日

11号車 ★横田～里山辺～浅間～追分

7号車 ★温～小倉～一日市

土曜日

11号車 ★三郷～堀金～穂高 ★堀金～豊科

7号車 ★清水～県～源池～南小松～惣社～開智

★美須々～元町～里山辺～北小松～県～開智

※年長より利用可

※曜日・時間によって通るコースが異なります。

詳しい地図はフロントにございますのでお尋ねください。



スタジオレッスンご案内

月	火	水	木	土
				11:05~11:55 クラシックバレエ (4歳~2年生)
	16:30~17:30 初級 空手		16:45~17:45 基礎体操教室 (年少~)	11:55~12:55 クラシックバレエ (3年生~6年生)
17:50~18:50 キッズエアロビック (中・上級者)	17:00~18:00 中級 空手	17:00~17:50 キッズ&ジュニア ダンスアカデミー (初級)		15:10~16:10 チアダンス スキルアップクラス
18:50~19:30 スキルアップ クラス(有料)	18:00~18:50 キッズ HIPHOP	17:50~18:50 キッズ&ジュニア ダンスアカデミー (中級)		16:30~17:30 チアダンス (年長~小学生)

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。

キッズヒップホップ ダンスのクラスです。小学生位~。

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。

キッズエアロビック(中・上級者) サムグループはJAF登録クラブとなっています。基本からエアロビックを学べます。小学生対象。

エアロビック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。年中位~。

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~。

チアダンス 子供向けチアダンスのクラスです。年長~小学生。



入会時に必要なもの

- 入会金 3,300円(税込)
- 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 8,140円(税込)
 - 週2回 12,430円(税込)
- 口座番号のわかるもの、銀行印
- 証明写真(スナップOK)



※入会の手続きはご希望日の前日までにお願い致します



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 休館日:金曜日