

2021

# 冬休み 短期

# 水泳教室

12/27 (月) ▶ 12/29 (水)  
1/4 (火) ▶ 1/6 (木)

**時間** 9:00~10:20  
**参加費** 4,950 円 (税込)  
**対象** 2歳6カ月~

# 寒

さなんか

プールは温かいから、冬だってゼンゼン大丈夫!

# フットバセ!!



## 入会特典

短期教室  
参加後のご入会で  
**入会金 0 円**  
水泳キャップ  
プレゼント!!

さらに

※1月31日(月)までに入会手続きされた方

感染症対策も万全です!!  
詳しくは裏面をご覧ください。

- 体に負担の少ない全身運動
- 心肺機能・皮膚・免疫力の強化
- 脳の発達にも効果あり

## レディネススポーツクラブ

〒763-0093

TEL 0120-28-6811

公認水泳教師在籍施設・健康増進水中運動施設

丸亀市郡家町 1556-1

ネット申し込みもできます。

営業時間 平日/9:30~22:30 土曜/9:30~22:00 祝日/9:30~17:00  
休館日 日曜日・11/30(火)・12/29(水)~1/3(月)



レディネススポーツクラブ  

# 冬の短期教室時間表

	日程	時間	種目	検定
1期	12/ 27 (月)	9:00~10:00	水慣れ・バタ足・面かぶりクロール	×
	~29 (水)	9:20~10:20	呼吸付きクロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ	
2期	1/ 4 (火)	9:00~10:00	水慣れ・バタ足・面かぶりクロール	
	~ 6 (木)	9:20~10:20	呼吸付きクロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ・個人メドレー	

- ◎ 2歳6ヶ月以上のお子様を対象となります。
- ◎ 更衣室での『密』を防ぐために種目によって練習時間をずらしています。ご兄弟一緒にの参加でも、時間差が生じる場合がありますがご了承ください。
- ◎ 欠席された日数分、本科スクール授業にて振替ができます。(1月17日(月)まで)

## 参加特典

◎ご兄弟やお友達と同時申し込みで  
**200円 OFF!!**

または  
1・2期の両方に申し込まれた場合、  
2期目の料金 **200円 OFF!!**

◎天然温泉あ・くあ無料入浴券2枚  
プレゼント!!

**【免疫力アップ】**

水の冷感効果による刺激が自律神経の働きを高めて免疫力向上!

**【強い心が育つ】**

練習の中で、自然とくじけない強い心が育ちます。

**泳げるようになるだけじゃない!**

スイミングで心や身体の成長を促します。

**【脳にも刺激】**

質の高い全身運動が脳の神経系に刺激を与えます。賢い子に育ちます!!!

**【基礎体力の向上】**

あらゆるスポーツの基本となる体力が身につきます。


## レディネスの感染症対策



インストラクターは、指導の上で飛沫感染防止のためプールマスクを着用して指導を行っております。



教室の開始時間に時間差を設け、密接な状態を作らないようにしております。



手指の消毒、ロッカールーム、ジムのマシン等、消毒液による殺菌を実施しております。

レディネスのスクール生の  
**パパママ限定**

# パパママ会員

パパママ会員なら 毎月の会費 (フルタイム会員月会費 7,150 円のところ)

## 2,970 (税込) 円

# 募集中!

生後6か月~始められる

## ベビースイミング

対象年齢 生後6か月~3歳

少しの時間に運動をしませんか? 適度に運動することで身体がほぐれ、疲れにくい身体を作れます! ストレッチやウォーキングから始めませんか?

シャワー・お風呂・サウナもあります!! すっきりしてから帰宅できますよ。



プール



マシン



スタジオ



続けられるか不安...  
というかたは  
**同伴ビジター**

子どもさんがプールで泳いでいる時間を含む90分間、付き添いのご家族のかたは**500円でクラブ施設を利用することができます。**

**【無料体験会開催】**

◎日時 11/23(火・祝)  
10:20~11:00

◎定員 10組

◎継続入会特典  
入会金 **0円**

(11月27日(土)までに入会手続きされた方)

通常レッスン

水曜 10:30~11:10  
土曜 11:40~12:20

◎継続入会特典 入会金半額  
(体験日から1カ月以内に入会手続きされた方)

体験会に来られなくても、通常レッスンでいつでも無料体験できます。実際にベビースイミングにきている子の様子なども見られますよ!! 見学だけでもできます。お気軽にお越しください。

☆持ち物☆ 水着・スイムキャップ(保護者の方)・タオル・着替え