

5才から8才のお子様がいっぱいいらっしゃるお母様へ



「プレ・ゴールデンエイジ」「ゴールデンエイジ」をご存知ですか？

神経系の発達が著しい5才から8才頃を「プレ・ゴールデンエイジ」といい、脳をはじめとした神経回路の発達が急ピッチで進む大切な時期です。運動能力の基礎は、この年代に形成されます。この時期に多種多様な動きを体験させてあげることが大切です。また、9才から12才頃を「ゴールデンエイジ」といいます。神経系の発達がほぼ完成し、動きの巧みさを身につけるのに最も適している時期で一生に一度だけ訪れる、あらゆる動作を短時間で覚えることのできる「即座の習得」を備えた時期として重要視されています。ただしこの「即座の習得」は、それ以前の段階でさまざまな運動を経験し、神経回路を形成している場合にしか現れません。だからこそ「プレ・ゴールデンエイジ」が重要になるのです。そこでアクシーグループではさまざまな動きを水中で習得できるように、泳ぎの初歩の段階から4泳法の練習に取り組み、発育発達に合わせた進級システムを「県内初」で取り入れています。神経系と運動能力の向上を目指しているため、他のスポーツ能力も向上することは間違いありません。スイミングを始めるならアクシーで決まり！

お子さま向けコース

スクールバス運行エリア

小針十字路～西大畑～上新栄町方面
坂井～寺地～青山方面
坂井～内野～上新栄町方面
※わくわくはお問い合わせください。

ジュニアコース (3才～中学生)



お子さまの発育発達に合わせた進級システムを導入しています。泳ぎのコツを分かりやすく丁寧に指導いたします。

月～金曜日	土曜日
15:10～16:30	10:00～11:30
16:00～17:30	13:30～15:00
17:00～18:30	14:30～16:00
	15:30～17:00

月会費 週1回 **7,020円** 月会費 週2回 **8,964円**

※人気のクラスはお待ちいただくこともございますので、フロントまでお問い合わせください。



パチャパチャコース (2才半～未就学児)

水遊びを中心とした練習カリキュラムで、まずはお子さまに水の楽しさ、プールの楽しさを覚えていただくコースです。

月～金曜日	月会費 週1回	7,020円
15:30～16:30		
土曜日	月会費 週2回	8,964円
11:30～12:30		



ベビーコース (6ヶ月～)

親子のスキンシップはもちろん、赤ちゃんに合った泳ぎの習得も目指します。

月・木・土曜日	月会費	6,480円
11:30～12:30		

ヒップホップ&ブレイクダンス (5才～)



中学校の体育授業で必修化になったダンスを基礎から学べます。ダンスを習うことで身体をコントロールする能力が高まり、運動神経の発達に効果があります。

土曜日	月会費 週1回	5,940円
10:30～11:45		

キッズコーディネーション (5才～小学生)



子供の運動神経を向上させるコースです。バランス、リズム、変換、連結、識別、定位の7つのコーディネーション能力を高め、運動神経、集中力向上に効果があります。

火曜日	月会費 週1回	5,940円
幼児 16:15～17:00		
小学生 17:15～18:15		

総合空手 (小中学生)



少年期に強さから生まれる本物の優しさを武道を通じて学べます。世界大会の優勝経験を持つ岩木指導員から「心・技・体」を高める指導を受けられます。

金曜日	月会費 週1回	5,940円
17:00～18:30		

成人水泳のメリット

スイミングスクール＝「泳ぎを習得する」というイメージが強いと思います。それに加えて次のようなメリットもあるんです(^ ^)!

1 呼吸循環器系の機能向上!

2 日頃のストレス解消!

3 筋力アップ!

「心肺機能が高まり喘息などの症状がやわらかく」、「みんなで会話を楽しみながら体を動かせる」、「陸上運動よりも安心して効果的」など、スイミングスクールにはさまざまなメリットがあり、楽しく運動できること間違いなしです。

大人向けコース



泳法指導コース (中学生以上 成人)

泳ぎを基礎から学びたい方向け!! プールが初めてでも安心してください。手とり足とり、わかりやすくアドバイスいたします。

火・金曜日	月会費 週1回	6,804円
10:15～11:30		
水・土曜日	月会費 週2回	8,640円
19:00～20:30		

自由選択コース (中学生以上)



ご自分の目的に合わせて、お好みの30分のショートプログラムを選び、何回でも利用できます。

月会費 **5,184円～**

マタニティスイミング

妊娠中の仲間と一緒に楽しくエクササイズをすることにより、マタニティライフを快適に過ごせ、満足なお産につながります。

月・木曜日	11:40～13:30	月会費 週1回	7,560円
		月会費 週2回	9,180円



健康水泳&水中運動コース

健康水泳 年代に合わせた泳法技術の向上と、健康増進・体力維持の効果が実感できます。

水中運動 ひざや腰に不安のある方でも水の特性の浮力を利用して無理なく安全に運動ができます。

火・金曜日	13:00～14:30	月会費 週1回	6,804円
		月会費 週2回	8,640円



トライアスロン チケット制

スイム+バイク+ランの有酸素運動で全身をバランス良く鍛え、無理なくシェイプアップ。これからトライアスロンを始めたいビギナーからレベルアップを目指す上級者まで、日本体育協会公認トライアスロン指導者が指導します。

ジュニア 土曜日	4,320円	大人 日曜日	6,600円
----------	--------	--------	--------

アクシー中央 入会までの流れ

お問合せ ▶ 見学・体験 ▶ 入会



アクシー中央の便利な制度

託児

お子様をあずけて安心してレッスンを行えます。

振替

急用ができてレッスン日を別の日に振り替えます。

スクールバス

スクールバスをご利用いただけます。

アクシー中央

日本トライアスロン連合公認強化クラブ

日本スイミングクラブ協会会員

新潟水泳協会推薦

公認水泳指導員在籍

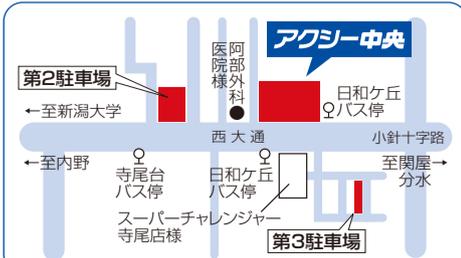
スイミングスクール & アクアエクササイズ

TEL 025 (267) 7322 (代)

新潟市西区西小針台2丁目10番4号

アクシースイミング

検索



※表示されている料金は全て税込価格です。

入会時にご用意いただくもの

入会金	2,160円	月会費・管理諸費1ヶ月分	バス協力費 (希望者)
			週1回 540円
			週2回 1,080円
金融機関通帳 (第四・北越・大光銀行、ゆうちょ)		通帳お届け印	
指定用品代 ●ジュニアコース / 水着・Tシャツ・バッグ・連絡ノート 7,344円～ (お子様)		●パチャパチャコース / 水着・ノートカバー・バッグ 5,508円～	

※月会費に加えて管理諸費(保険料+共通教材使用料)として毎月270円いただきます。

■受付時間 / 午前10:00～午後8:00

※マタニティコースはキャンペーン対象外となります。