

# 何ごとともはじめての1歩が大切。見学・体験 随時受付中!

## お子様向けコース

※定員となっているコースもございますので、詳しくはお問い合わせください。

### ジュニアコース (3才~中学生)

振替 スクールバス

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 16:00~17:30 17:00~18:30	9:00~10:30 10:00~11:30 13:30~15:00 14:30~16:00

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場合がございますので、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 (3才~未就学児)

振替

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	土曜日
15:30~16:30	13:00~14:00

月会費 週1回 **7,560円**  
月会費 週2回 **9,720円**

### ベビーコース (6ヶ月~)

託児

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。回数制限なし。

月・木曜日	土曜日
11:30~12:30	12:00~13:00

月会費 **6,480円**

### 新設 ベビー月4回コース

お仕事復帰で週3回通うことが難しいママさんにオススメ

月会費 **4,860円**

対象年齢 生後6ヶ月~

●1か月の中で月・木・土曜日ご希望の日を4回選択できます。

### 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
10:30~11:45

月会費 週1回 **5,940円**

### キッズコーディネーション (5才~小学生)

スクールバス

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
幼児 16:15~17:00 小学生 17:15~18:15

月会費 週1回 **5,940円**

### 総合空手 (小中学生)

スクールバス

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。元世界チャンピオンの岩本秀之指導員から「心・技・体」を高める指導を受けられます。

金曜日
17:00~18:30

月会費 週1回 **5,940円**

### 大人向けコース

#### 泳法指導コース (中学生以上成人)

託児 振替

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下さい。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	水曜日	土曜日
10:15~11:30	19:15~20:30	15:45~17:00

月会費 週1回 **6,804円**  
月会費 週2回 **8,640円**

### 自由選択コース (中学生以上成人)

託児

アクアビクス 脂肪燃焼

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 チケット制 託児

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

4回券 **7,776円**  
8回券 **13,824円**

※マタニティコースはキャンペーンの対象外となります。

### 健康水泳&水中運動コース

スクールバス

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	大人
土曜日 <b>4,320円</b>	日曜日 <b>6,600円</b>

### 学校水泳対策コース

日時 6月2日(土)・6月9日(土)  
6月16日(土)の3日間 16:15~17:15 全日程定員各クラス7名

#### 目指せ★クロール完泳コース

学校水泳でのポイントになるクロール!! 水泳授業が始まる前に習得しましょう!!

対象 小学1年生~小学4年生 料金 1レッスン **2,160円**

#### プールなんてへっちゃら★水慣れコース

幼稚園・保育園の水あそびから小学校は大きなプールに変わります。少しでも水に慣れる練習をしましょう!!

対象 小学1年生~小学2年生 料金 1レッスン **2,160円**

## 6/17(日) 14:00~15:30

# ワンコイン体験会

500円

講師 大庭 昌昭先生  
新潟大学教育人間科学部准教授。専攻はスポーツ科学。アクアティクススポーツに関する論文多数。

大庭先生による「水中運動の効果」についての講話があります。

その後、実際にプールに入り身体を動かしてみよう!!

アクシー中央の元気なスタッフが担当します!

ひとつでもあてはまる方!!

- 運動不足
- ストレス
- 食べ過ぎ

アクシーで心も身体もリフレッシュしませんか??

プールにはじめて入る方も大歓迎!!

水泳をはじめるとこんないいコトが!!

- 有酸素運動により心肺機能が高まります!
- 陸上運動よりも安心して効果的に鍛えることができます!!

みんなで会話を楽しみながら身体を動かせます!!

申込み方法 お電話で事前にお申込みください。お支払は当日お願いします。

持ち物 水着・キャップ・タオルのみ物(ペットボトル可)

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

私たちのプールは室温・水温を一定に保ち一年中快適な温水です。

(一社)日本スイミングクラブ協会 最優秀スイミングクラブ賞受賞スクール

# アクシー中央

## スイミングスクール & スポーツクラブ

新潟市西区西小針台2-10-4

TEL 025 (267) 7322 (代)

営業時間 月~金 10:00~21:00  
土 8:45~17:00

受付時間 月~金 10:00~20:00  
土 8:45~16:30

休館日 日曜日は休館日となります。

入会手続きの際にご用意ください。

月会費・管理諸費1ヶ月分	入会金3,240円
バス協力費(利用者)	金融機関通帳 ●第四 ●北越 ●大光 ●ゆうちょ
	通帳 お届け印 写真1枚

指定用品代(お子様)

- ジュニアコース/水着・バッグ・連絡ノート 6,048円~
- パチャパチャコース/水着・バッグ・連絡ノート 5,508円~

●ご来館の上、申込用紙に必要事項をご記入いただき、費用を添えてお申し込みください。

※すべてのコースにおきまして管理諸費(保険料+共通教材使用料)として毎月270円別途頂戴いたします。※全ての料金は税込み表示となります。