

健康な身体作り 頭脳の活性化 精神的ストレス緩和

# プールで、笑顔の花を咲かせましょう

## 春休み短期教室

5日間

3/28月・29火・30水・31木・4/1金

3/3木 10:00~  
受付開始



お電話・FAX・左記QRより受付できます。

時間 9:00~10:00  
参加費 **7,400円**  
バス協力費 880円  
方面 中野山・中山、有楽、藤見・松浜

## 子ども無料体験会

初めてプールに入る方限定 3/13日 時間 10:00~11:00

初めてのお子様しかいないのでとっても安心!!  
対象 3歳~小学生向け 定員 20名

## 大人レディース水中運動無料体験会

3/13日 時間 13:00~13:45

スタッフも女性のみ、プールでの女子会!!  
楽しく気兼ねなく泳ぎましょう!!

### 3才~小・中学生向け

水なれからスタートして泳法指導へ

#### ジュニアコース

大切なお子様の成長と身体作りをサポートします。水が苦手なお子様でも大丈夫です。楽しく元気で丈夫な身体を作ります。

体操30分+プールレッスン1時間  
月~金 15:15~16:15/17:15~  
土 10:00~11:00/13:00~14:00/15:00~16:00

1月会費 週1回 **7,150円**  
週2回 **9,130円**

## こどもコース

※ジュニア・パチャパチャ・ベビーコースは指定購入品がございます。

### 3才~未就学児向け

ジュニアコースからのスタートが不安な方

#### パチャパチャコース

水が苦手なお子様にも水遊びを主体に水に慣れ親しんでいけるコースです。

体操含む1時間レッスン(複数回の場合、曜日は組み合わせ自由)  
火・水・金 15:30~16:30  
1月会費 週1回 **7,700円**  
週2回 **9,900円**

### 6ヶ月~3才向け

育休期間だけの方も大歓迎

#### ベビーコース

赤ちゃんの時期に必要な脳の発達を促しながら、親子でスキンシップを楽しんでいただくコースです。

体操含む1時間レッスン  
月・火・木・金 11:30~12:30

これは便利! 姉妹校アクシーかめだとの併用ができるようになりました。  
1月会費 週4回まで参加可能 **6,600円**

### 2才6ヶ月~未就学児向け

ベビーコースだけじゃないママと一緒に入るコース

#### リトルコース

ママがコーチとなり、親子でマンツーマンで楽しく泳ぎのまねごとから始めるコースです。

体操含む1時間レッスン  
月・木(回数制限なし) 15:30~16:30  
1月会費 **6,600円**

### 年中~小学生向け

運動苦手ならとにかくここに!

#### キッズ体育教室

学校の授業内容とリンクさせながら、遊びを取り入れた楽しい運動教室です。

プールとの組み合わせ可能  
水 16:55~17:55  
17:55~18:55  
金 16:55~17:55  
土 11:00~12:00  
16:55~17:55  
1月会費 週1回 **5,830円**  
週2回 **8,250円**

### 年長~小学生向け

心と体を鍛えるなら絶対ここに!

#### 空手教室

元世界チャンピオンの岩木秀之氏を講師に迎えて、挨拶、返事はもちろん、武道を通じて向上心と自立を促すレッスンを行っています。

●~小学2年生 ●小学3年生~6年生  
木 16:15~17:45 土 17:15~18:45  
1月会費 週1回 **6,600円**

## おとなコース

大人の方向けスイミング

### 泳法指導コース

能力別の泳法指導を完全担当制でレッスンします!  
月・木 13:00~14:20  
水 19:25~20:45  
土 18:40~20:00  
1月会費 **6,930円**

### 水中運動コース

腰痛、肩こり、関節痛でお悩みの方、高齢の方や、リハビリ、介護予防に最適です!  
月・火・木・金 14:00~15:30  
1月会費 **6,930円**

### 自由遊泳コース

時間や曜日を固定せず何回でも利用が可能!  
30分ショートレッスンにも参加できる  
朝・昼・夕方  
1月会費 **5,280円**

### 妊娠5ヶ月以降の妊婦さん対象

#### マタニティコース

産後の水泳  
1ヶ月検診で入浴許可が出た産後2ヶ月経過した方  
マタニティコース [チケット]  
火・金 11:40~13:30 **7,920円**

# 4月限定1ヶ月お試しコース 限定20名

すべてのコースが月会費と管理費のみで1ヶ月お試しいただけます。

※ジュニア・パチャパチャコースは週1回コースのみ ※マタニティ・ママコースは除きます。

SNSもチェックしてみてください!  
アクシーひがしでは日々の活動報告・楽しい動画などを配信しています。





Facebook Instagram

私達のプールは室温・水温を一定に保ち一年中快適な温水プールです。  
(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  
**アクシーひがし**  
スイミングスクール & アクアエクササイズ  
(新潟水泳協会推薦)(公認水泳教師在籍)(一社)日本スイミングクラブ協会加盟

の付いているコースでは、送迎バスをご利用いただけます。  
送迎バス運行コース  
月 週1回/月額 880円  
週2回/月額 1,430円  
TEL (025) 274-1223 (代)  
FAX (025) 274-7002  
営業時間 月・火・水・金 10:00~19:00 土・日 12:30~20:30  
土・日 9:30~19:30 ※日曜日は休校日となります。

松浜 ●早瀬 ●有楽~北葉  
石山 ●東中野山~東明 ●有楽~北葉 ●有楽~藤見  
石山 ●はなみずき~中山 ●有楽~北葉 ●有楽~藤見  
松浜 ●有楽~北葉  
中野山~中山 ●桃山~沼垂 ●有楽~船江



入会手続きの際にご用意ください  
入会金 3,300円 月会費・管理費 1ヵ月分 バス協力費(利用有)  
金融機関通帳(第四北越・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・マイページ登録料~5,080円~  
●パチャパチャコース/水着・バッグ・マイページ登録料 4,530円~  
※すべてのコースにおきまして管理費(保険料+共通教材使用料)として毎月275円別途預金いたします。

Web申込み・各コースのご案内はアクシーひがしホームページで!

