

子ども・大人コースともに

# 健康サポート(3ヶ月)

「運動を始めたい」「プールの運動をしたい!」そう思うけど、 どうしたらいいの?そんな方のはじめの一歩をサポートします。 トレーナーがカウンセリング測定を行い、あなたに合った 運動メニューを作成します!まずは3ヶ月、私たちと運動 してみましょう。

3ヶ月28,050円



お電話または左記QRより お申込み下さい





おすすめレッスシ





膝・腰が痛い方



泳げる様になりたい



体力に自信がないけど動きたい

ヒーリングストレッチ



運動不足の方







初めての習い事や、新しいことにチャレンジ することは、お子様もおうちの方も不安な もの。まずは3ヶ月、じっくりためしてみて ください。



3歳から中学生までのコース。水に潜れない 子からクロール習得や早く泳ぎたい上級者 まで、能力別に班分けをして無理なく上達を めざします。

## 火·水·木·金曜日

16:15 ~ 17:45 17:15 ~ 18:45

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

コースです。





火·水·木曜日

16:30 ~ 17:30

お電話または





参加するみんなが初めてだから安心♪ アクシーMAKIってどんなところ? スイミングってどんなところ?をこの 機会に体験してみませんか?

## ジュニアコース

14日周•21日日

お電話または 下記QRより

9:00~10:00

10月)12日周•19日周

9:00~10:00

880円(週1回/月)

3歳~未就学児

火曜日 ●吉田 ●みずき野

水曜日 ●中之□ ●潟東 ●みずき野

木曜日 ●吉田 ●岩室 ●みずき野

バス協力費

バス運行ルート

未就学児までの水慣れコース。少人数で行います。水が苦手なお子様

でも、遊びを取り入れた楽しいレッスンで無理なく水に親しんでいく

金曜日 ●吉田 ●升潟 ●みずき野 土曜日 ●吉田 ●弥彦 ●中之口 ●みずき野

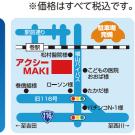
バスマークの付いているコースは 送迎バスをご利用いただけます

火・水・木・金 ···· 10:00~21:30(窓□業務終了20:00) 土曜日-----10:00~20:30(窓□業務終了19:00) 日曜日 ………10:00~17:00(窓□業務終了17:00)

月会費や プログラムは 詳しく見れます

アクシーMAKI





新潟市西蒲区巻甲3271-1(こどもの医院おおば様向かい) (0256 (73) 3360代)

大 人 ……… 月曜日 こども ……日・月曜日