

タップスイミング筑波学園スクール

成人スケジュール

曜日	火						水						木						金						土						日						曜日						
コース	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	コース
10:00																																											10:00
30																																											30
11:00																																											11:00
30																																											30
12:00																																											12:00
30																																											30
13:00																																											13:00
30																																											30
14:00																																											14:00
30																																											30
15:00																																											15:00
30																																											30
16:00																																											16:00
30																																											30
17:00																																											17:00
30																																											30
18:00																																											18:00
30																																											30
19:00																																											19:00
30																																											30
20:00																																											20:00
30																																											30
21:00																																											21:00

水中運動

歩行	歩行専用コースとなります。
☆	水中歩行レッスンが受けられます。
やわらか運動	水の特性を利用したストレッチ体操。ゆっくりとした流れの中で体をリラックス！
ダンベル体操	ダンベルと、水の抵抗をつかった水中運動。あなたも体を引き締めませんか？
アクアピクス	エアロピクスを水で行うのがアクアピクス。音楽のリズムに合わせてシェイプアップ！

スイミングレッスン

開始30分より、体操室にてストレッチ体操を行います。動きやすい服装でご参加ください。

初	クロール・背泳ぎの基本を練習します。初心者・リハビリに最適です。
中	平泳ぎ・バタフライの基本を練習します。
上	4泳法の泳力の向上を目的とします。

火～金曜日の13時30分から14時30分コースは、女性専用のコースとなります。

フリー	自由に泳ぐコースとなります。
-----	----------------

※は、日曜日の進級テストがある場合、ご利用できません。

* 各自健康管理に注意して下さい。 ○ 血圧の高い方は、医師の診断を受けてください。

月会費

1ヶ月間にご利用される回数によって、月会費が変わります。ご都合にあわせてお選び下さい。

月4日以内	6,804円
月5日以上	7,884円

休会費 2,160円 (手続きが必要です)

月会費のお支払い方法

当スクールは、お客様の金融機関口座からの引落とさせていただきます。

ご利用できる金融機関

銀行名	引落日
・筑波銀行 ・常陽銀行 ・県内信金 ・農協 ・県内信用組合	毎月1日
・茨城県外の金融機関(上記以外) ・ゆうちょ ・労働金庫	前月27日 前納制

ご入会の際に必要なもの

- ・入会金 5,400円 (2人目から半額になります)
- ・教材費 5,400円
初回登録費・施設管理費を含む (年会費は必要ありません。)
- ・月会費 (同居家族3人目から月会費が半額になります)
- ・銀行口座番号
- ・銀行届印
- ・顔写真2枚(スナップ写真可)

MEMO

.....

.....

.....

.....

詳しい内容のお問い合わせは…

タップスイミング筑波学園スクール

〒305-0051 茨城県つくば市二の宮3-9-1

029-851-4158

休館日 月曜日・タップ予定表休館日