



ナイスこまどりスポーツクラブ



大人の健康づくりを応援します

成人水泳&水中運動健康コース 1か月体験モニター生募集



9月度限定!

成人水泳・水中運動クラスで1か月(全4回)の体験レッスンが受講できるモニター生を大募集します。
『運動習慣をつけたい。ダイエットしたい。』『クロールで2.5M泳げるようになりたい。』そんな皆様に
ナイスこまどりスポーツクラブのプールプログラムをご体験いただきたいと考え企画させていただきました。
水の特性を生かし、ご自身のレベルに合わせて運動することができるので安心して始めることができます。
一緒に健康づくりをしませんか!ご参加お待ちしております。今回は泳げる方対象の中上級クラスも登場!

■募集クラス

※全4回コース 欠席しても安心の振替制度あり

水泳コース

- 1.火曜日19:30~20:30 令和7年9月2日・9日・16日・30日(火)初心者
- 2.木曜日19:30~20:30 令和7年9月4日・11日・18日・25日(木)初心者
- 3.土曜日10:30~11:30 令和7年9月6日・13日・20日・27日(土)初級

水中運動健康コース

- 1.水曜日13:00~13:45 令和7年9月3日・10日・17日・24日(水)

- 定員 各日5名(先着) 対象18歳以上
- 参加費 **無料** (モニター生終了後アンケートにご協力いただける方)
- 受付期間 令和7年8月30(土)まで
申込は二次元コードより専用フォームで受付します
- 持ち物 水着・キャップ・ゴーグル・タオルなど
- 入会特典 モニター生受講から本科コースへご入会いただくと
①入会金が**無料** ②初年度年会費・初月度の月会費が100%OFF
※種別:ファミリー会員の入会も可・有効期限:体験後1週間以内

予約はこちらから



私達が担当させていただきます

火曜日19:30~20:30 初心者水泳コース

潜る、浮く、キックと基礎から練習していきます。泳げる楽しさ、プールの気持ちよさをお伝えします一緒にトライしてみませんかご参加お待ちしております。
担当コーチ 黒川 雅之



私達が担当させていただきます

木曜日19:30~20:30 初心者水泳コース

潜る、浮く、キックと基礎から練習していきます。クロール2.5Mの完泳を目指して一緒にトライしてみませんかご参加お待ちしております。
担当コーチ 芹田 雄紀



私達が担当させていただきます

土曜日10:30~11:30 初心者水泳コース

クロールの基本を練習します初めてでも安心してご参加いただけるよう練習します。個人個人のレベルに合わせて丁寧にご指導致します
担当コーチ 高橋 直人



私達が担当させていただきます

水曜日13:00~13:45 水中運動コース

お水が苦手、恐怖心がある、何年もプールに入っていない方こそ、ぜひ、プールの気持ちよさを感じていただきたいです! ゆっくり運動を心がけています
担当コーチ 川野 拓郎



大人のためのスイミング

スクール週1回・全4回コース(振替あり)

プールプログラム

モニター生募集

参加費: **無料** (月会費)

