

春の
スタートダッシュ
大切です!

ジュニアクラス あなたはどれにする? 1か月体験受付中! 1種目 3,240円 (税込)

スイミング

25m×50mの広いプールで楽しく泳力をのほそげ!

| | | | |
|-----|-----------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| 60分 | 初心～上級 2歳～高校生 | 初心～上級 2歳～高校生 | 初心～上級 4歳～高校生 |
| | 月～金 15時～16時・ 17時～18時～ | 土 10時～13時・14時～ 15時～16時～ | 日 9時～10時・ 11時～12時～ |

テニス

レンタルラケット貸し出し無料
アウトテニスコートで楽しくレベルアップしよう!

| | | | |
|-----|-------------|---------------------|------------|
| 60分 | 4歳～未就学児 | 小学生～中学生 | 小学生～中学生 |
| | 月・金 16時～ | 月～金 16時～17時・18時～ | 土・日 9時～ |

サッカー

人工芝のサッカーコートで一人ひとりを伸ばす指導!

| | | |
|-----------------|-----------------|-----------------|
| U6 4歳～未就学児 | U9 小学1年～3年 | U12 小学4年～6年 |
| 月～金 16時～ 60分 | 月～金 17時～ 60分 | 月～金 18時～ 90分 |

体操

鉄棒、マット、跳び箱など! 楽しくカラダを動かそう!

| | | |
|-----|-------------|-------------|
| 60分 | 4歳～2年生 | 小・中学生 |
| | 月～金 16時～ | 月～金 17時～ |

クラシックバレエ

正しい姿勢と美しい振る舞いが身につく!

| | | | |
|-----|-----------|-----------|-----------|
| 60分 | 3歳～1年生 | 1年生～4年生 | 4年生～中学生 |
| | 水 15時～ | 水 16時～ | 水 17時～ |

空手

伝統の型から日本古来の美を学んで、礼儀と強さを身につけよう!

| | | | | |
|-----|-------------------|-------------------|------------------|-------------------|
| 60分 | 初心者 (5歳～中学3年生) | 初中級 (5歳～中学3年生) | 中級 (5歳～中学3年生) | 中上級 (5歳～中学3年生) |
| | 日 10時～ | 日 11時～ | 日 12時～ | 日 13時～ |

キッドピクス

リズム感と持久力が楽しく身につく!

| | | |
|-----|-------------|---------------|
| 60分 | 幼児 3歳～6歳 | 小学生 7歳～12歳 |
| | 火 16時～ | 火 17時～ |

ヒップホップダンス

音楽に乗って楽しく踊ろう

| | | | |
|-----|-------------|-------------|-------------|
| 60分 | 4歳～1年生 | 1年生～4年生 | 4年生～中学生 |
| | 月・木 16時～ | 月・木 17時～ | 月・木 18時～ |

テコンドー

ダイナミックな足技で大人気! 正しい技を極めよう!

| | | | | |
|-----|--------------------------|----------------------|---------------------|----------------------|
| 60分 | 初心者～中上級 (小学1年生～中学3年生) | 中上級 (小学1年生～中学3年生) | 初級 (小学1年生～中学3年生) | 初心者 (小学1年生～中学3年生) |
| | 金 17時～ | 土 9時～ | 土 10時～ | 土 11時～ |

ママと赤ちゃんのベビー教室

体験受講後、当月・翌月入会の方

1か月体験(最大4回)
3,240円(税込)

入会金 **無料**

金曜日 14:30～15:30

ベビースイミング

対象: 4か月～2歳児(親子同伴)

体験受講後、当月・翌月入会の方

1か月体験(最大4回)
3,240円(税込)

入会金 **無料**

火・木・土曜日 11:30～12:30

キャンセル待ちのクラスもございます。お問い合わせはスクールフロントまで
まずはお電話ください!! TEL. **029-842-8823**
 受付時間 月～金 11:00～20:00 土・祝 10:00～18:00 日 9:00～18:00
 毎月11日は休館日です

1日無料体験 受付中のレッスンあります!

成人テニススクール

一緒にテニスを楽しみましょう!

成人体験 1回無料

体験後のご入会で **大人気!**
入会金 0円

ソフトテニススクール体験募集中!
 対象: 中学生

硬式テニスレベル

- 初級クラス 初めての方やブランクがあり自信のない方、または軟式経験のみの方などが対象となります。
- 初中級クラス 雁行陣でのダブルスゲームを目標に様々なショットを練習し、ゲームのフォーメーションやポジションングをマスターします。
- 中級クラス 並行陣でのダブルスに使うショットやフォーメーションを指導します。ネットプレー中心のスピーディーな展開のゲームを楽しみましょう。
- 上級クラス 並行陣でプレーし、ダブルスゲームの戦略、戦術を覚え、試合に勝つことを目標とするクラスです。

自分のレベルにあったクラスを受講できます。

2017年6月クラス 成人スクール

フラメンコ入門クラス

フラメンコを初めて学ぶ方や、以前フラメンコを踊っていたブランクのある方向けのクラスです。フラメンコ独特な足を踏み鳴らす動きや、手の動き、一つ一つを習得できます。自己表現できる動きのため、ストレス発散にも効果的です。

曜日: 土曜日(月3回)
 時間: 16:15～17:15 担当: 橋本

ジャズダンス

様々な音楽に合わせて、自己表現をするスタイルダンスです。音楽によって身体全体を使って踊るので、リフレッシュ&ストレス発散にも効果的です。

曜日: 水曜日(月4回)
 時間: 21:25～22:25 担当: 谷島

その他のクラス(スポーツ吹矢、パレオダンス、フラダンス、ベリーダンス、総合太極拳、らくらくピアノ、日本舞踊)のクラスもございます。

1か月体験 3,240円(税込) **1か月体験後の翌月入会は 入会金無料**

ママと赤ちゃんの マタニティ教室

マタニティヨガ

1か月体験(最大4回)
3,240円(税込)

体験受講後、当月・翌月入会の方
入会金無料

金曜日(月4回) 13:15～14:15

マタニティスイミング

対象: 妊娠16週以上(検診あり)

1週間体験(最大3回)
1,620円(税込)

体験受講後、当月・翌月入会の方
入会金 5,400円割引

火・木・土曜日 11:30～12:30

託児施設がご利用できるようになりました!! (火・木・金) **2時間(人数限定) 540円(税込)**

ポセイドンおすすめメニュー



5/31(水)まで

- ローストビーフ わさび添え 各種 ミニサラダ・ライス又はパン付 **1,200円(税込)**

RESTAURANT **ポセイドン**
 TEL直通 **029-842-8837**
 ※ランチのラストオーダー15:00まで
 営業時間
 11:00～18:00 ランチタイム11:00～15:00 ティータイム15:00～18:00
 定休日 毎週月・火曜日(祝祭日は営業します) 毎月11日