

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!** ソフトテニススクール体験募集中!  
 対象: 中学生

入会金 **0円**

### 硬式テニスレベル

- 初級クラス 初め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