

スイミング・テニス・体操

-第1期- 7/25(月)~27(水)3日間

-第2期− 8/25(木)~27(土)3日間

受付開始

6月16日(木) 10:00~WEB予約開始※会員の方のみ 6月17日(金)10:00~電話受付、11:00~直接申込開始

※WEB予約、電話予約後8日以内に申込書の記入とご入金をお願いいたします。 (8月14日、15日は休館日となります)

入会特典

指定水着 スイムキャップ プレゼンド

スイミングの 平日クラスを

テニス・体操

ショップ 20% 割引券プレゼント

2歳~年中クラス アームヘルパープレゼント

メ ゴールドジム 土浦茨城ジョイフルアスレティッククラブ

TEL: 029-842-8833

〒300-0843 茨城県土浦市中村南 4 丁目 11 番 7 号

プログラム

	上爿	J · <u> </u>	<u> </u>	<u>日(月)、26日(火)、27日</u>		
	(1)	時間帯 9:00~10:00	60分	グラス 【会員外限定】初級(赤)	対象 4歳~中学生	料金(税込)
	1		70		······ · · · · ·	5,720円
	2	9:00~10:15	75分	白帽子:毎日テスト	JAC白帽子在籍者: 12級~19級 4種目で25m以上泳げる方	
	3	9:00~10:30	90分	白帽子:100m個人メドレー 最終日にテスト	- JAC白帽子在籍者:1級〜11級 100m個人メドレーを泳げる方	6,820円
ス	4	3.00 10.00		白帽子:200m個人メドレー 最終日にテスト		
1	⑤	11:00~12:00	- 60分	初級(赤、桃)中級(橙、黄、青、水)	4歳~中学牛	
ミン	6	13:30~14:30		初級(赤、桃)中級(青、水)	4歳、4子士	5,720円
ーグ	7	14:45~15:45		2、3歳	2、3歳	5,720H
	8	14.45~15.45		初級(赤)	4歳~中学生	
	9	16:30~17:45	75分	白帽子:毎日テスト	JAC白帽子在籍者:12級~19級 4種目で25m以上泳げる方	
	10	16:30~18:00	90分	白帽子 バタフライ特訓 最終日にテスト	JAC白帽子在籍者 4種目で25m以上泳げる方	6,820円
	11)	10.30~18.00		白帽子:100m個人メドレー 最終日にテスト	JAC白帽子在籍者:1級〜11級 100m個人メドレーを泳げる方	
		時間帯		クラス	対象	料金(税込)
	1	13:30~14:30			小举生	
体		13.30, 14.30		初心者	小学生	
+==	2	15:00~16:00	604	初心者初級者~中級者	小学生	5.720#
操	3		-60分			- 5,720円
·操	_	15:00~16:00 16:30~17:30 18:00~19:00	-60分	初級者~中級者 中級者~上級者 最上級者	小学生~中学生	- 5,720円
操 —	3	15:00~16:00 16:30~17:30	60分	初級者~中級者中級者		· 5,720円
操 —	3	15:00~16:00 16:30~17:30 18:00~19:00	60分	初級者~中級者 中級者~上級者 最上級者	小学生~中学生	
·操 	3	15:00~16:00 16:30~17:30 18:00~19:00 時間帯		初級者〜中級者 中級者〜上級者 最上級者 クラス	小学生~中学生	
- 操 - - - - - -	3 4 1	15:00~16:00 16:30~17:30 18:00~19:00 時間帯 9:00~10:00	60分	初級者~中級者 中級者~上級者 最上級者 クラス キッズ	小学生~中学生	
操 	3 4	15:00~16:00 16:30~17:30 18:00~19:00 時間帯 9:00~10:00 9:00~10:15 10:30~11:45		初級者~中級者 中級者~上級者 最上級者 クラス キッズ 初心者(未経験)	小学生~中学生	料金(税込)
操 	3 4 1 2 3	15:00~16:00 16:30~17:30 18:00~19:00 時間帯 9:00~10:00 9:00~10:15	60分	初級者~中級者 中級者~上級者 最上級者 フラス キッズ 初心者(未経験) 初級(ビギナー1:1年未満)	小学生~中学生 対象 4歳~未就学児	料金(税込)

中学生

ソフトテニス(前衛・後衛)

⑦ 19:00~20:30

(2)	Ⅱ期	1:2022年8月	325	<u>日(木)、26日(金)、27日</u>		
	1	時間帯 9:00~10:00	60分	グラス 【会員外限定】初級(赤)	対象 4歳~中学生	料金(税込)
	-					5,720円
	2	9:00~10:15	75分	白帽子:毎日テスト	JAC白帽子在籍者: 12級~19級 4種目で25m以上泳げる方	
	3	9:00~10:30	90分-	白帽子:100m個人メドレー 最終日にテスト	 JAC白帽子在籍者:1級~11級 100m個人メドレーを泳げる方	6,820円
ス	4			白帽子:200m個人メドレー 最終日にテスト		
イミン	⑤	11:00~12:00	60()	初級(赤、桃)中級(橙、黄、青、水)		E 700M
	6	13:30~14:30		初級(赤、桃)中級(橙、黄)	4歳~中学生	
ブグ	7	44.45.45.45	- 60分	初級(赤、桃)		5,720円
	8	14:45~15:45		【会員外限定】クロールに挑戦	小学生~中学生	
	9	16:30~17:45	75分	白帽子:毎日テスト	JAC白帽子在籍者:12級~19級 4種目で25m以上泳げる方	
	10	16:30~18:00	90分	白帽子 平泳ぎ特訓 最終日にテスト	JAC白帽子在籍者 4種目で25m以上泳げる方	6,820円
	11	10.30~16.00		白帽子:100m個人メドレー 最終日にテスト	JAC白帽子在籍者:1級~11級 100m個人メドレーを泳げる方	
		時間帯		クラス	対象	料金(税込)
体	1	13:30~14:30		初心者	小学生	
					小学生	
体	2	15:00~16:00	604	初級者~中級者	小学生	5.720H
体操	2	15:00~16:00 16:30~17:30	-60分			5,720円
体操	-		- 60分	初級者~中級者	小学生~中学生	5,720円
体 操 	3	16:30~17:30	- 60分	初級者~中級者 中級者~上級者		5,720円
体操	3	16:30~17:30 18:00~19:00 時間帯	60分	初級者~中級者 中級者~上級者 最上級者	小学生~中学生	
体操	3	16:30~17:30 18:00~19:00 時間帯		初級者~中級者 中級者~上級者 最上級者 クラス	小学生~中学生	
体操 - デ	341	16:30~17:30 18:00~19:00 時間帯 9:00~10:00	60分	初級者~中級者 中級者~上級者 最上級者 クラス キッズ	小学生~中学生	
テニ	3 4 1 2	16:30~17:30 18:00~19:00 時間帯 9:00~10:00 9:00~10:15 10:30~11:45		初級者~中級者 中級者~上級者 最上級者 クラス キッズ 初心者(未経験)	小学生~中学生	料金(稅込)
	3 4 1 2 3	16:30~17:30 18:00~19:00 時間帯 9:00~10:00 9:00~10:15	60分	初級者~中級者 中級者~上級者 最上級者 クラス キッズ 初心者(未経験) 初級(ビギナー1:1年未満)	小学生~中学生 対象 4歳~未就学児	料金(稅込)
テニ	3 4 1 2 3 4	16:30~17:30 18:00~19:00 時間帯 9:00~10:00 9:00~10:15 10:30~11:45	60分	初級者~中級者 中級者 中級者~上級者 最上級者 クラス キッズ 初心者(未経験) 初級(ビギナー1:1年未満) 初心者(未経験)	小学生~中学生 対象 4歳~未就学児	料金(稅込)

スイミング 赤:水慣れ 桃:バタ足 橙:背泳ぎ 黄:クロール 青:平泳ぎ 水:バタフライ