

# スイミング 水に慣れ 楽しく泳ごう!

SPAの短期教室はお試しコースではありません。5日間しっかり楽しく練習し、水に慣れ、泳力UPにつながる指導を行っております。

**定員 各期80名**  
(定員になり次第切ります)

**振替** 休まれた場合は、他のスイミング短期教室又は正規レッスンに振替が可能です。(9/28(月)迄)



水泳教室で夏が楽しくなったよ!



一人一人に合わせた指導!

たくさん友達をつくろう!

**入会特典** 短期教室に参加され、9月7日(月)までに年間スクールご入会の方に限りです。  
① 入会金 **無料** ② 水筒・キャップ **プレゼント** ③ 初回月会費 **無料**  
※②③の特典は1年以内の再入会の方には適用されません。

# ジュニアスイミング・SAQ 夏休み短期教室

大好評 受付中!!

SPA ウェルネスでは今年も子供達に充実した夏休みを過ごして頂けるように、“スイミング”と“SAQ”の短期教室を実施します。2期間以上受講される場合は、割り引きがあり、“スイミング”と“SAQ”の組み合わせもOK! さらに、お二人以上同時申込みの場合は割り引きもごございます。

期間	【第1期】7月21日(火)・22日(水)・23日(木)・24日(金)・25日(土) 【第2期】8月3日(月)・4日(火)・5日(水)・6日(木)・7日(金) 【第3期】8月18日(火)・19日(水)・20日(木)・21日(金)・22日(土) 【第4期】8月24日(月)・25日(火)・26日(水)・27日(木)・28日(金)										
時間	AM8:55~10:00										
対象	【スイミング】3才~中学生 【SAQ】小学生・中学生										
受講料	<table border="1"> <tr> <th>スイミング・SAQ</th> <th>会員及び2名以上同時申込みの場合</th> </tr> <tr> <td>【1期間】5日間.....5,250円</td> <td>【1期間】5日間.....4,725円</td> </tr> <tr> <td>【2期間】10日間.....9,975円</td> <td>【2期間】10日間.....8,925円</td> </tr> <tr> <td>【3期間】15日間.....14,175円</td> <td>【3期間】15日間.....12,600円</td> </tr> <tr> <td>【4期間】20日間.....17,850円</td> <td>【4期間】20日間.....15,750円</td> </tr> </table>	スイミング・SAQ	会員及び2名以上同時申込みの場合	【1期間】5日間.....5,250円	【1期間】5日間.....4,725円	【2期間】10日間.....9,975円	【2期間】10日間.....8,925円	【3期間】15日間.....14,175円	【3期間】15日間.....12,600円	【4期間】20日間.....17,850円	【4期間】20日間.....15,750円
スイミング・SAQ	会員及び2名以上同時申込みの場合										
【1期間】5日間.....5,250円	【1期間】5日間.....4,725円										
【2期間】10日間.....9,975円	【2期間】10日間.....8,925円										
【3期間】15日間.....14,175円	【3期間】15日間.....12,600円										
【4期間】20日間.....17,850円	【4期間】20日間.....15,750円										

**無料送迎バス**

- Aコース...野多目→若久→野間→皿山
- Bコース...柏原→松原→東油山→堤→西長住
- Cコース...鶴田→老司→那珂川方面(申込後コースを設定いたします。)
- Dコース...小笹→長尾→長住方面(申込後コースを設定いたします。)

※その他の地域でも、送迎出来る場合がございます。フロントにてご相談ください。

☆各コースともお電話での御予約は承っておりません。受講料・印鑑をご持参の上、フロントにてお申込み下さい。

# SAQ 走り方が変われば もっと速く走れる!!

(スピード アジリティ クイックネス)  
“SAQ”はプロのスポーツ選手も取り組んでいるスピード養成トレーニングです。さまざまな道具を使い、上手な身体の使い方を自然に習得していきます。瞬発力、筋力、柔軟性、バランス能力など様々な体力要素が向上しますので成長期のお子様にはとてもオススメな教室です。

**定員 各期30名**  
(定員になり次第切ります)

**場所 テニスコート**  
(雨天時は2Fスタジオ)

**振替** 休まれた場合、他のSAQ短期教室に振替が可能です。



まずはストレッチ!



ミニハードルでのトレーニング



バランストレーニング

## JUNIOR SWIMMING SCHOOL ジュニアスイミングスクール

### 充実した指導内容

- 徹底した安全管理の中、正しい泳法・楽しいスイミングをモットーに、楽しみながら泳法を習得していただける指導を行ってまいります。
- 20段階の進級基準で2か月に一度進級テストを行います。又、進級とは別に安全水泳の検定会も実施しております。
- 皆勤賞制度があり、規定期間休まずがんばって出席した生徒はバッジや賞品がもらえます。



基本を大切に!



溺れない技術を習得!



遊びの時間もみんなで楽しく!

### 振替システム

スクールを休まれた場合、休まれた回数はもちろん無料で翌月迄振替が可能です。

### 無料送迎バス運行

スクールバスでお子様をできる限りご自宅の近くまで無料送迎いたします。送迎コースにつきましてはお気軽にお問い合わせ下さい。

### 無料体験実施中

常時無料体験を受け付けております。当クラブの充実した指導・施設をぜひご体験下さい。  
※前日までの予約が必要となります。

### ジュニアスクール料金 ※すべて税込み。

	週1回コース	週2回コース
幼児・学童コース	6,300円	7,875円
中学生限定会員	6,300円	7,875円

### ジュニアスクールタイムテーブル

	月~金	土
13:00		幼児(13:30~14:30)
14:00		
15:00	幼児(15:20~16:20)	学童A(14:40~15:50)
16:00	学童A(16:40~17:50)	学童B(16:00~17:10)
17:00		
18:00	学童B(18:00~19:10)	

※各コースとも年間登録料840円(傷害保険含)が必要となります。  
※スクールバスご利用の方は指定スクールバックの購入が必要となります。(2,625円税込)

## BABY COURSE / RYURYU HEALTHY COURSE ベビーコース / 流りゅうヘルシーコース

### ワンコイン体験キャンペーン実施中!

500 500円でレッスンを3回受講できます!!

さらに年間スクールにお申込み頂いたお客様には500円キャッシュバックいたします!

6月7月 限定

#### ベビーコース

日時 / 【水曜日・土曜日】11:00~12:00  
※各曜日定員あり  
対象 / 首がすわってから2才半くらいまで



丈夫な身体の基本作り!

ベビーコースでは **良いこと盛りだくさん!**

- 楽しんで水に慣れていくカリキュラムです。
- プールを通して友達もたくさんできます。
- 水難防止にもなります。
- 団体行動に慣れていきます。
- 誕生日には写真付きカードをもちろんプレゼント。

お母さんにもオススメです!  
お母さん同士の交流やストレス解消に!

#### 流水コース

日時 / 【水曜日・土曜日】10:10~11:10  
【月曜日・木曜日】14:00~15:00  
【火曜日・金曜日】19:30~20:30  
※各曜日定員あり



ココロとカラダを癒します。

対象 / 中高年者、高齢者の方

がんばらずに **シェイプアップ!**

- マシーンの流れを利用して水中運動を行います。
- どなたでも楽しみながら行える運動です。
- 顔はつけませんので初めての方でも大丈夫。
- 生活習慣病、メタボ対策におすすめです。

初めての方でも安心! 楽しみながら健康づくり!

☆スクールバスの御利用も可能です。まずはお電話にてご予約下さい。

### SPA ウェルネスの入会手続きについて

#### 入会受付時間

【月~土】 10:00~22:00  
【日・祝日】 10:00~18:00

※入会時期について / 月途中の15日からの利用開始時は初回月会費が半額となります。

#### 入会手続きに必要なもの

- 入会金
- 月会費(2ヵ月分)
- 年間登録料
- 指定金融機関の預金通帳
- 銀行お届け印
- 顔写真 / 大人2枚・子供1枚 (スナップ写真可)

【指定金融機関】  
福岡銀行 親和銀行  
福岡市農協 西日本シティ銀行

※顔写真はフロントでもお撮りできます(有料)



総合スポーツクラブ SPA ウェルネス  
福岡市南区花畑2丁目51番  
http://www.spa-wellness.co.jp  
まずは、お気軽にお電話ください。【常時、施設見学出来ます】  
092-566-0111

営業時間 月~土 10:00~23:00 日・祝日 10:00~19:00  
休館日 毎月末日

無料駐車場 [100台] 完備

※医師より運動を禁止されている方、刺青やファッションタトゥーのある方のご入会・施設利用はお断りしております。  
※フィットネス会員は高校生以上・16歳以上が対象となります。