

# 笑顔満開!!

親子 幼児 学童 選手 体操 ダンス

ママスイミング会員

ダイビング

初心者大歓迎

スクールレッスン(6ヶ月～80才の方)各種コース選べます。

## 親子コース

体験・振替あり

お子様とのスキンシップ  
心肺機能UP・免疫力UP  
パパも含め保護者様2名まで  
参加可能

親子の  
コミュニケーションに!



●6ヶ月から3歳まで

木・土曜 12:15～13:00

週1回 5,100円 週2回 6,800円

## 幼児コース(週1・2回)

体験・バス・振替あり

初心者は水慣れから、  
クロールまで  
8段階のレベル別指導  
一緒にお母さんも泳ぎたいなら、  
ママスイミング会員へ

笑顔イッパイ



●2歳からできます!

月～金曜 14:30～15:25 土曜 13:30～14:25 (2歳から年長※土曜のみ3歳から)

月～金曜 15:30～16:25 土曜 14:30～15:25 (3歳から年長)

週1回 8,800円 週2回 11,200円

## 学童コース(週1～4回)

体験・バス・振替あり

競泳選手の泳ぎに近づけます!  
17段階レベル別指導  
中学生は、  
正会員(学割)もあります

しっかり指導!



●小学生初心者からできます!

月～金曜 16:30～17:25 土曜 15:30～16:25 (初心者～クロール)

月～金曜 17:30～18:25 土曜 16:30～17:25 (背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ・個人メドレー)

週1回 8,600円 週2回 10,900円 週3回 11,950円 週4回 12,600円

## 選手コース

バス有

先輩はオリンピック銀メダリスト

実績 シドニー五輪 銀メダル  
世界選手権 3位  
インターハイ 優勝  
ジュニアオリンピック 優勝



月～金曜 18:30～20:00

土曜 17:30～19:30

12,600円

## ママスイミング会員コース 週2回以上は正会員(ファミリー割)

体験・バス・振替あり

ママだって泳げるようになる!  
レベルに合わせて指導いたします

●お母様と幼児(2歳児から)割引価格

月～金曜 14:30～15:25 土曜 13:30～14:25

週1回 3,200円 週2回以上 5,300円



## ダイビングコース (PADIライセンス取得コース)

体験あり

資格取得コース有

専門のインストラクターが指導いたします



月・木曜 20:00～21:00

週1回 8,000円

## 幼児 楽しく遊びながら才能開花!!

## キッズ体操

体験・バス有



## 学童 苦手克服! 身体の使い方教えます!

◆幼児コース(4才～) 火曜日 15:40～16:25 土曜日 14:40～15:25

◆学童コース 火曜日 16:40～17:25 土曜日 15:40～16:25

◆週1回 6,725円 ◆週2回 8,300円

※スイミングスクールとセットで行うと割引制度があります!

## キッズダンス

体験・バス有

### ◆アイドルクラス

(年中～年長)

水曜日/金曜日 15:30～16:30

### ◆キッズクラス

(小学1年～中学生)

月曜日/金曜日 17:30～18:30



◆週1回 7,250円 ◆週2回 9,750円

上達すると、上級クラス・アスリートクラスにステップアップできます。

◎表示金額は全て税込価格となります。

## イベント

サマーキャンプ ウインターキャンプ

○○○ 他にもイベント盛沢山 ○○○



## 送迎バス5台完備

## 毎日運行中!



### 送迎地域

- 高野台・石神井町・東大泉方面
- 向山・練馬・春日町・早宮・貫井・富士見台方面
- 三原台・谷原・高松・土支田・光が丘・大泉町方面
- 豊玉・豊玉北・中村・中村南方面

※乗車定員・一部コース変更もありますので、詳細についてはスポーツクラブ南光受付にお問い合わせ下さい。



## スポーツクラブ南光

★全国最優秀スイミングクラブ賞受賞〔一社〕日本スイミングクラブ協会  
★優秀クラブ賞受賞〔財〕日本水泳連盟