

笑顔満開!!

ベビー 幼児 学童 選手 体操 ダンス

パパ・ママ(週1)会員 ダイビング

スクールレッスン (6ヶ月~80才の方)各種コース選べます。

ベビースイミングコース (週1~2回) 体験・バス・振替あり

看護師さん監修
スイミング、
ベビーマッサージ&ヨガ
赤ちゃんの発育、発達に効果あり

親子の
コミュニケーションに!



●6ヶ月~3歳児と保護者2名まで
ご一緒にできます。

月・木曜 12:15~13:00 金曜 11:15~12:00
週1回 7,450円 週2回 9,850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、
パパ・ママ(週1)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5年長)
月~金曜 15:30~16:25 土曜 14:30~15:25 (3歳から5年長)
週1回 7,450円 週2回 9,850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!
12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 7,150円 週2回 9,550円 週3回 10,450円 週4回 11,150円

選手コース 体験・バス・振替あり

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

11,150円

パパ・ママ(週1)会員コース 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 3,100円 週2回 5,200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 7,450円

幼児 楽しく遊びながら才能開花!!

キッズ体操

バス有 体験あり



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 月会費 5,375円 ◆週2回 月会費 6,950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

バス有 体験あり

◆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クラス 5,900円 ◆週2クラス 8,400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