

初めて体験1回コース

こども送迎バス
あり

体験料

通常2,100円

500円

スイミング

6月1日(土)~8月16日(金)まで

定員 各時間3名 対象 2歳~小学生

コース 幼児コース/学童コース

キッズダンス

6月1日(土)~8月16日(金)まで

定員 各時間2名 対象 小学生

コース キッズクラス

キッズ体操

6月1日(土)~8月17日(土)まで

定員 各時間2名 対象 4歳~年長

コース 幼児コース

成人コース

6月1日(土)~8月16日(金)まで

定員 各日3名 対象 中学生~80歳

コース 正会員

キッズダンス

定員
あり

体験
あり

送迎バス
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 7,850円

●週2クラス 10,250円

キッズ体操

定員
あり

体験
あり

送迎バス
あり

幼児コース(4歳~)

火曜日 15:40~16:25

土曜日 14:40~15:25

学童コース(小学生)

火曜日 16:40~17:25

土曜日 15:40~16:25

●週1回 7,225円 ●週2回 8,800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!

Swimming School

こども

6ヶ月~中学生

週1回からできるコース
(曜日・レッスン時間指定)

幼児コース(週1回・2回)

体験・振替
あり

送迎バス
あり

●週1回 8,900円
●週2回 11,400円

水泳が苦手でも大丈夫!
楽しくレッスンしながら、発育・発達にも効果抜群!

2歳から
できます!

●2歳から年長
月~金 14:30~15:25 土 13:30~14:25
※土曜日は3歳~
●3歳から年長
月~金 15:30~16:25 土 14:30~15:25

学童コース (週1~4回)

体験・振替
あり

送迎バス
あり

●週1回 8,900円 ●週3回 13,500円
●週2回 11,400円 ●週4回 15,000円

レベル別に無理なくレッスンしながら上達しましょう。
丈夫な身体づくりに最適!

小学生
初心者から
できます!

●水慣れ~クロール
月~金 16:30~17:25 土 15:30~16:25
●背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ
月~金 17:30~18:25 土 16:30~17:25

親子コース (週1回・2回)

体験・振替
あり

●週1回 5,100円
●週2回 6,800円

お母様の運動不足解消、
赤ちゃんの発育発達に効果あり。

入会時アームヘルパープレゼント中!

6ヶ月~3歳児と保護者2名
まで一緒にできます。

●木・土
12:15~13:00

ママスイミング会員コース

体験・振替
あり

送迎バス
あり

週2回以上は
正会員(ファミリー割)

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。

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

成人コース

会員種別	利用時間	利用可能エリア	月会費(税込)
正会員	OPEN~CLOSE	フィットネスジム スタジオプログラム スイミングプログラム	8,200円 学割 5,000円 ファミリー割 5,300円
デイトタイム会員	月~金 11:00~14:00 土 11:00~18:00	お風呂+サウナ+ ジャグジー	7,650円
ナイト会員	月~金 18:00~21:30 土 11:00~18:00		7,650円
フィットネス	OPEN~CLOSE		5,500円
フィットネス (デイトタイム)	月~金 11:00~14:00 土 11:00~18:00	フィットネスジム スタジオプログラム	5,000円
フィットネス (アフター)	月~金 14:00~18:00 土 11:00~18:00	お風呂	4,500円 [14:00~18:00 回数無制限]
フィットネス (ナイト)	月~金 18:00~21:30 土 11:00~18:00		5,000円
フィットネス (ジム)	OPEN~CLOSE	フィットネスジム	4,950円 (回数無制限)
パパママ フィットネス	お子様の レッスン時間	お風呂	3,200円
ママスイミング		スイミングプログラム	3,200円

充実した施設!!

対象 高校生~80歳
(プールエリアは中学生~)

[フィットネスエリア] 月~金曜日 11:00~21:00/土曜日 11:00~17:45
[プールエリア] 月~金曜日 11:00~13:00、14:00~21:15/土曜日 11:00~17:45



※キリトリ線

スポーツクラブ南光

TEL.03-3999-7650

〒176-0021 東京都練馬区貫井4-28-6

スポーツクラブ南光

検索

詳細はこちら

営業時間 月~金 10:30~21:30 土 10:30~18:00 定休日 当クラブ年間予定表に準ずる



無料駐車場
30台完備

入会金

0円

※全コース対象

スクールバッグ プレゼント券

入会手続き時に切り取って
持参もしくはスマホの画面を
提示して下さい。



※スイミングのみ

有効期限/2024年8月16日(金)