

# 東所沢スポーツクラブ

# 入会キャンペーン



入会金全クラス  
**0**円



気になるクラスを1回  
無料で体験ができます!!  
※体験希望日の前日までに電話又は  
直接フロントでご予約して下さい。  
各クラス定員になり次第締め切らせて頂きます。  
体験方法、注意事項、クラス詳細は裏面に記載



・成人クラス  
ゴーグル  
&  
キャップ  
プレゼント



・キッズクラス  
指定用品一式  
半額  
※併学クラス入会は  
水泳・体操どちらかの  
指定用品一式半額となります。

入会キャンペーン期間  
2020年  
10月2日(金)~  
10月29日(木)

**SALE**

成人用セール水着  
同時販売開催!!

## 入会手続きについて

必要な物 郵便通帳記号・番号 通帳使用印 指定用品代(キッズクラスのみ)  
月謝1ヶ月分(当月入会の場合、月謝2ヶ月分)  
定員数に達しているクラスへの新規入会が出来ない場合がありますので事前にお問い合わせください



# 東所沢スポーツクラブ

## 04-2944-2344

受付時間 / 平日 10:00 ~ 20:00  
/ 日曜日 臨時休館日

所沢市東所沢1-10-5

検索

東所沢スポーツクラブ

<http://www.hsc-tampopo.jp/>

10月1・30・31日 休館日





# 無料体験対象クラス

※表記されている価格は全て税込表記となっております。

## キッズスイミングクラス

	月	火	水	木	金	土
10:00~10:45				親子ベビー		
11:00~11:45		親子ベビー				
14:45~16:00	幼児	幼児		幼児	幼児	幼児
15:45~17:00	幼児・学童	幼児・学童	幼児・学童	幼児・学童	幼児・学童	
16:45~18:00	学童	学童	学童	学童	学童	学童

### 幼児水泳

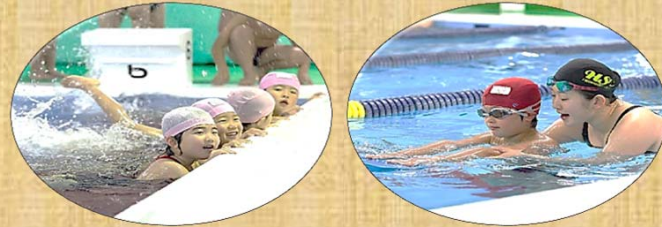
級	帽子色	検定内容
20級	ピンク	浮き身5秒・もぐり5秒

### 学童水泳

級	帽子色	検定内容
13級	赤	5mけのびパタ足

### 親子ベビー

6ヶ月から3歳未満を対象としています。  
親子でプールに入って楽しみませんか？



#### ※幼児クラス注意事項

- (下記の条件を満たしている事が条件です)
- ①先生の話が聞ける事
  - ②先生にトイレを言える事
  - ③オムツが取れている事
  - ④レッスンの妨げになるようであればご相談させていただきます
  - ⑤その他クラブの注意が守られない場合
  - ⑥2歳10ヶ月～

★ 週1回 6,820円 ★ 週2回 9,020円 ★ 併学 10,450円 ★

## キッズジムクラス

	月	火	水	木	金	土
14:40~15:40		知覚体育			知覚体育	
15:45~16:45		オールラウンドⅠ			オールラウンドⅠ	
16:50~17:50	学童体操	オールラウンドⅡ	学童体操		オールラウンドⅡ	学童体操
17:55~18:55	学童体操	オールラウンドⅢ	学童体操			学童体操

### 学童体操

マット・鉄棒・跳び箱・トランポリンなどの器械体操を中心にレベル別に指導を行い、楽しくたくさん体を動かしながら心・技術・体力ともに成長してもらえるよう指導していきます。

### 知覚体育

幼児の運動能力と知覚力の発達を促し様々な運動ルールを通して考える力を培います。他と比べてでなく自分の良い所を喜べるよう助けます。

### オールラウンドⅠ/Ⅱ/Ⅲ

50種以上の運動を通して基礎能力を養いオールラウンドな体力と判断力を培い協力の精神を育み、新記録から成長を喜べるよう助けます。

#### ※幼児クラス注意事項

- (下記の条件を満たしている事が条件です)
- ①先生の話が聞ける事
  - ②先生にトイレを言える事
  - ③レッスンの妨げになるようであればご相談させていただきます
  - ④その他クラブの注意が守られない場合
  - ⑤2歳10ヶ月～



★ 週1回 6,820円 ★ 週2回 9,020円 ★ 併学 10,450円 ★

## 成人クラス

	月	火	水	木	金	土
10:00~11:00			健康流水			健康流水
11:00~12:15	婦人		婦人・腰痛 11:15~12:30	婦人		婦人・腰痛
12:15~13:45		カジュアル			カジュアル	カジュアル
13:30~14:45		婦人	アクアウォーキング 14:30まで		婦人	アクアウォーキング 14:30まで
18:45~20:00			一般			一般
19:45~21:00	一般	一般	一般	一般	一般	一般
19:15~21:30	カジュアル	カジュアル		カジュアル	カジュアル	

健康流水	腰痛	アクアウォーキング	カジュアル
流水マシンで水の流れを作り、流れの中でいろいろな歩き方などで気軽に楽しくできる水中運動です！	いつまでも動ける体作りをしませんか？ 陸上比べて体への負担が少ない水中で全身バランスよく体を動かし、膝や肩・腰の痛みなどの予防・改善を目指します！	二の腕・お腹・足回り… 気になっている部分を水中で体を動かし身体の中・外ともに健康で素敵なた体を目指しましょう！！	自由に歩いたり泳いだりするフリークラス！ 自分のペースで無理なく運動し、ジャグジーで日頃の疲れを解消しませんか？

婦人	一般
【女性限定】女性だけの水泳クラス！！ 楽しい雰囲気でお気軽に参加できます！！ 初中級＝クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ 上級＝4種目総合練習	【男性も女性もOK！】まったく泳げない方から上級者まで個人のレベルにあったレッスン！！ 初中級＝クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ 上級＝4種目総合練習



★ 週1回 6,820円 ★ 週2回 9,020円 ★ 併学 10,450円 ★ カジュアル 4,620円～ ★

## ヨガクラス

ヨガ指導歴10年以上のベテランインストラクターが優しく、楽しく指導しています。  
初心者からお子様連れの方(3歳未満)も大歓迎です。  
身体のリフレッシュ・ストレス解消など一緒にヨガを楽しみましょう。(定員10名)

日程	時間	日程	時間
10/5(月)	11:30~12:20	10/12(月)	11:30~12:20
10/26(月)	11:30~12:20		

★ 1回券 1,000円 ★ 5回券 4,800円 ★ 10回券 9,000円 ★

## 無料体験クラスについて

- ・受付期間 10月2日～28日迄 体験期間 10月5日～29日迄
- ・無料体験は一部を除き会員外対象となります
- ・無料体験はお1人様1回までとなります
- ・キッズスイミングクラスは、幼児は20級、学童は13級での体験となります
- ・YOGAクラスは初めての方のみ対象です(クラブ会員可)
- ・体験希望日の前日までに電話又は直接フロントでご予約下さい
- ・定員になり次第締め切らせて頂きます

## 感染対策について

- ・入館の際はマスク着用をお願いします
- ・キッズジム・ヨガクラスはレッスン時もマスク着用をお願いします
- ・キッズスイミング・成人クラスはレッスン前後の待機、着替え時間のマスク着用をお願いします
- ・各時間レッスン終了10分前からの観覧開始となります