

6月組 1ヶ月体験教室参加者募集

6/3(水)~30(火)

入会特典

7月入会者に限り入会金 **0円!**

スクール水着 プレゼント
スイムキャップ

参加費：3,300円(税込)

受付開始 4/20(月) 11:30~

*各クラス定員になり次第締め切らせて頂きます。



パルポート紀の川

※詳細は、裏面をご覧ください。

体験クラス紹介

ベビークラス

対象: 6ヶ月～2才のお子さまと保護者
月・木 13:00～14:00
※8回練習参加可能

体操教室

対象: 満3歳～小学3年生
幼児 月・火 15:45～16:45
小学生 月・火 16:50～17:50
※体験会は、マット運動を実施します。

幼児クラス

対象: 2才～年長
月・火・木・金 16:00～17:00
水①14:30～15:30 ②15:30～16:30
③16:40～17:40
土①13:10～14:10 ②14:30～15:30
③16:30～17:30

キッズダンス教室

インストラクター **TOMOMI**
対象: 小学生以上
土 12:00～13:00
楽しくダンスしましょう。

小学生クラス

対象: 小学1年生以上
月・火・木・金 17:00～18:00
水 ①15:30～16:30 ②16:40～17:40
土 ①10:00～11:00
②13:10～14:10 ③14:30～15:30
④15:30～16:30 ⑤16:30～17:30

大人クラス

○アクア遊悠クラブ 対象: 16才以上
デイトタイム 10:00～午後
ナイトタイム 午後～22:30
(曜日によって異なります)
水泳や水中運動だけでなく、ピラティス
やストレッチ等のスタジオプログラムも
ございます。
期間中、何度でもご利用できます。

育成クラス

対象: バタフライのみ未習得者と
4泳法泳習得者
月・火・木・金 18:00～19:00
水 17:40～18:40
土 ① 8:50～9:50 ② 15:30～16:30
③ 17:30～18:30

○いきいきコース 対象: 中高齢者
火・金 13:45～14:45
高齢者の方を対象にストレッチ、水中
運動やサウナ浴を楽しみながら進めて
いきます。

泳げるって素晴らしい!

1

あらゆるスポーツの基本!

4つの泳法を学ぶことで、色々な筋肉を
バランスよく使い、関節の可動範囲も広
がるので、あらゆるスポーツのベース
アップに繋がります。

2

体カアップ!

水圧に抵抗して動くことで、腹筋、背筋を
はじめ、心肺機能にいたるまで、体の全て
の筋肉が鍛えられます。
また、水温による皮膚の刺激で
体温調整機能が向上し、風邪を
ひきにくくなります。

3

集中力向上で学力アップ!

質の高い運動は、学習や暗記能力に深
い関わりのある前頭前野が鍛えられる
ので学力アップに繋がります。

4

強い心を身に付けよう!

できなかったことを練習してできるよう
になっていく達成感。壁を乗り越える
心の強さを身に付けよう!

小学生・育成クラスは、ふじと台コース(月～土)
楠見～西庄コース(月火木)を走るバスの送迎
もさせていただきます。

和歌山地域 No.1クラブ

現在、小学生から高校生まで約60名の選手が在籍しています。
県内18チームで争うクラブ対抗戦で、昨年**4年連続の団体優勝**
を果たしました。
また、近畿大会や全国大会に多数の選手が出場して、活躍しました。

申込方法

お電話でのご予約もできます。
各クラス定員になり次第、締め切らせていた
だきますので、お早めにご予約・お申込みを
お願いいたします。
電話予約の場合は、ご予約より1週間以内に
当クラブフロントにて申込み手続きをお願い
いたします。



PAL
PORT

バルポート紀の川

営業時間 平日 10:00～22:00 土9:00～21:00 休館日 日曜日

和歌山市 栄谷 125



TEL. 0120-855-415

TEL. 073-452-1333

多くの仲間と共に、「もっと自由に・・・もっと楽しく・・・」