

夏はアテナで大人もお子様も スイミングデビュー



週1回行う 夏休み 短期教室

期間 1ヶ月 練習日 週1回(月4回)
ご都合の良い曜日・時間をお選びいただけます

短期教室の日程に合わない方や、続けて練習に来るのが難しい方におすすめです!

8月の練習日

月曜コース	7日 14日 21日	28日
火曜コース	8日 15日 22日	29日
水曜コース	9日 16日 23日	30日
木曜コース	10日 17日 24日	31日
金曜コース	4日 ☆11日 18日	25日
土曜コース	5日 12日 19日	26日

○最終日はアテナの進級基準に基づいて進級テストを行います。
☆8月11日は祝日休館日のため振替練習をご利用いただけます。

参加費 **5,400円** (税込)
週1回コース



大人の短期教室 4週間

7.29日~8.1日 対象 水泳を始めて習う初心者の方~競技会に出場している上級者の方まで、レベルに分けて指導いたします。

大人の短期水泳教室 19:15~20:30
体操15分、水泳レッスン60分

参加費 **3,240円** (税込) 初参加の方 **1,620円** (税込) 会員の方



水中歩行と初歩の水泳教室

13:00~14:00 対象 顔が水につけられる~バタ足が出るレベルの方
参加費 **2,160円** (税込) 初参加の方 **1,080円** (税込) 会員の方

水中歩行 アテナ独自のウォーキングプログラム。コーチが指導して行う教室です。いつまでも健康でいましょう!



新企画 初心者シンクロ入門教室

Beginner's Synchronized Swimming

7.29日 12:30~13:30 定員 20名

対象 幼児~小学生のお子さんとクロールと背泳ぎが25m以上泳げること

男女問いません。男子の参加も大歓迎です!

参加費 会員 **1,620円** (税込) 会員外 **2,160円** (税込)



高学年のための短期水泳教室

7.29日~8.1日 16:10~17:30

対象 まだ泳げない(水泳が苦手) 4年生以上のお子様

参加費 **6,480円** (税込) 初参加の方は **半額 3,240円** (税込)



※短期教室5期と並行して行いますが、別グループで練習します。詳しくはお電話でお問い合わせください。

クロール・平泳ぎ教室

クロール・平泳ぎに特化した水泳教室です。どちらかご希望の泳ぎを選んでいただき、3日間集中してクロール(もしくは平泳ぎ)の練習を行います!

7.25日~27日 9:00~10:20 プールレッスン75分!

対象 ひとりで浮ける。バタ足ができるレベル。

参加費 **5,400円** (税込) 初参加者も同料金となります



スイミングクラブ
アテナアクアメイツ
<http://athenaaquamates.com/>

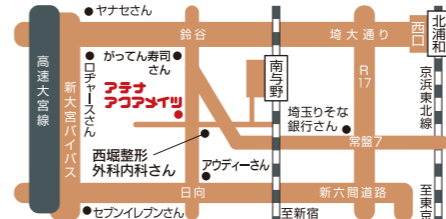
FAX 048-855-2620 〒338-0013 さいたま市中央区鈴谷3-1-25 電車: 埼京線南与野駅徒歩5~6分 バス: 北浦和駅発埼玉大学行き南与野駅北入口または鈴谷札の辻下車徒歩10分

無料送迎バスを運行します 詳しくはオモテ面をご覧ください。

お電話でお申し込みできます **048-855-3372**

お問い合わせ時間/月~土曜日9:00~21:00 日曜日10:00~13:00 FAX 048-855-2620

駐車場 **90台完備**



なぜ? なに? アイデア 子育て相談室

生徒の素朴な疑問に答えます!!



▼実は...我妻コーチは5分でギブアップ



アテナアクアメイツは「イタリア式食堂 プラン」を応援しています。
<http://www.blanc1985.jp/>