

初心者でもOK! ~~~~~
だれでもOK!



水中運動教室

初めてプールに来る方、まずはこのクラスから始めましょう。腰や膝に負担をかけず楽しく運動しましょう。

カナヅチ・イキツギコース

はじめての方、息つきが苦手な方にピッタリ! さあ! 健康水泳を楽しみましょう!!

水中ウォーキング教室

健康促進やリハビリテーションを目的としたプログラムです。足腰が弱い方、陸上より負担が少なく、高齢者の方はうってつけです。

アクアピクス

水中で楽しくエアロピクス。脂肪燃焼に最適。

充実したクラスと施設が自慢です!



少人数指導

コーチは10人に1人の割合で
ご指導します。(初心者コース)



だから上達は
はやい!

エコしてます!

- 水質 “キラキラ” 宣言** プール濾過にEM(環境微生物群)を使用し清潔な水質を目指します。
- 水資源** プール水の再利用、水温設定、節水など取り組んでいます。
- 地球温暖化** ストップ温暖化の意識を高め、できることから実践してまいります。

充実のこども (無料) 送迎バス



スクールバス 5台運行中!



新しいお友だちが
待ってるよ!

送迎バスルート隣接小学校一覧

- 並木第一小学校 ●並木中央小学校 ●並木第四小学校 ●西岡岡小学校 ●水取沢小学校
- 能見台小学校 ●能見台南小学校 ●西柴小学校 ●釜利谷小学校 ●釜利谷南小学校
- 釜利谷西小学校 ●釜利谷東小学校 ●文庫小学校 ●高舟台小学校 ●六浦南小学校
- 六浦小学校 ●関東学院六浦小学校 ●金沢小学校 ●八景小学校 ●大道小学校
- 瀬ヶ崎小学校 ●追浜小学校 ●夏島小学校 ●浦郷小学校 ●鷹取小学校
- 船越小学校

ベビー・スイミングコース

- 5つの効果**
- 効果①** 水中に潜る時による皮膚、神経、心肺機能向上、脳への刺激により丈夫で健康な頭の良い子に育つ。
 - 効果②** 親子水着によるスキンシップが図れる。
 - 効果③** 第一子の場合、親が育児に対して他の親とコミュニケーションを取る事により情報収集により悩み事も無く育児に専念できる。
 - 効果④** 同年令のベビーと離乳食、オムツを取る時期等比較ができる。
 - 効果⑤** 水中で泳ぐ事により運動と栄養のバランスが良くなり夜熟睡し夜泣きしなくなる。

ご入会手続きに必要なもの

- ご入会希望コースの月会費2ヶ月分(右表参照)
 - 預金通帳口座番号・届出印鑑
 - 写真1枚(タテ4cm×ヨコ3cm)
- ※スクールバスご利用の方はバスカード発行料¥1,050・スクールバック料¥2,415が必要となります。
- ※3ヶ月目からの月会費は、ご指定の金融機関から自動振替となります。
- 入会手続き受付時間
月~土曜日...10:00~19:00
日曜日...10:00~14:00

通常コース 料金表 (わかりやすい料金システム)

子供コース	対象	曜日	時間	週1回	週2回
ベビーコース	6ヶ月~3歳	月水木金日	お問い合わせください!	¥5,775	¥7,140
キッズコース	3歳~4歳	月~土		¥6,300	¥8,400
幼稚園・小学生コース	4歳~小学生	毎日		¥7,245	¥9,555
成人コース	対象	曜日	時間	週1回	週2回
マスターズコース	水泳教室	毎日		¥7,245	¥9,555
水中運動コース	水中運動	月~土		¥6,300	¥8,400
ゴールドコース	全てのプログラム	毎日		¥12,390	
ゴールドBコース	水泳教室2回動	毎日		¥10,815	
アクアフィットネス	アクアと水中運動	月~土		¥9,765	

★詳しくはホームページをご覧ください。

スポーツプラザハウトク 検索

京急金沢八景駅
駅チカ→徒歩2分!!



〒236-0027 横浜市金沢区瀬戸22-6 TEL:701-1660

◎不明な点は、お気軽にお問い合わせください。
※表記の金額は全て税込表示です。