

アンタレスは水泳を通して 子育てを応援します

一度 見学・体験に
お越し下さい！

ままとこ

月会費(税込) 週1回 **4,400円** 対象年齢 6ヶ月～3歳未満
レッスン時間 月・水・土 10:15～11:00 火・木 14:30～15:15

げんキッズ

月会費(税込) 週1回 **4,400円** 対象年齢 2歳6ヶ月～4歳
レッスン時間 月・水・土 10:15～11:00 火・木 14:30～15:15



空間認知力を鍛えます！



水の中で頭も良くなる！

ベビースイミングにおいて、手、足をバランス良く動かすことは神経系の発達を促進させるのです。浮力を使って自由に体を動かして遊ぶことは空間認知力を鍛え、算数などの図形問題が得意になるとも言われています。

呼吸機能の発達！

胸の筋肉が未発達のため水の圧力がかかると呼吸筋を活発にすることが出来ます。喘息にならない為にも水の中に入ろう～(^^)～

呼吸筋を鍛えます！



お昼寝もぐっすりに！



グズるお昼寝もぐっすり。。。ZZZ

お昼寝する時にグズませんか？スイミングの日のお昼寝は寝かしつけが楽ちんです～(^^)～

お風呂で泣かなくなって楽しくバスタイム～♪

シャワーを顔にかけたら泣いたりしませんか？滑るようになったらお風呂で泣かなくなりますよ～(^^)～

お風呂で泣かなくなります！



令和4年度

最優秀スイミングクラブ賞

信頼の指導力!! ★ 16年連続受賞!!

幼児クラス

水慣れ等、水中運動の中で心身の発育を目指します。水が好きなように、楽しくレッスンをを行います。

学童クラス

水慣れから4泳法を楽しく段階的に指導を行います。また、集団行動の中で挨拶などの習慣やマナーを身に付けていきます。



成人クラス 自由水泳会員

4 水中運動は陸上での 倍の運動効果が!!

もぐる練習からスタッフが丁寧にご指導いたします。

平衡感覚を
養い、転倒防止にも
効果あり!!



月～土 11:00～12:00 20:15～21:15

能力により初級・中級・上級に分かれています。

水中を歩くだけで
膝・腰がラクラク～♪

初めての方でも
大丈夫!!
マイペースで
しっかり運動。



水 / 12:15～12:45 金 / 12:15～13:00

無料のショートレッスンです。

レッスン後、
気持ちよく温まりましょう。



もちろん、
ジャグジー
サウナのみでも
ご利用できます。

◆スクールご案内

会員クラス	レッスン時間	入会金	月会費(税込)
ままとこ (6ヶ月～3歳未満)	月・水・土 10:15～11:00 火・木 14:30～15:15		週1回 4,400円 週2回 5,500円
げんキッズ (2歳6ヶ月～4歳)			
幼児クラス (3歳～未就学児)	月・金 14:45～15:30 土 13:00～13:45	通常3,300円を 今年5 0円	週1回 7,150円 週2回 9,350円
学童クラス 初・中級	月・金 16:45～17:30 土 15:30～16:15		
成人クラス(午前) <中学生以上在籍可>	月～土 11:00～		週1回 7,150円 週2回 9,350円
成人クラス(午後) <中学生以上在籍可>	月～土 20:15～		
自由水泳会員 <中学生以上在籍可>	月曜～土曜の 指定開放時間		6,050円

アンタレススイミングスクール
TEL. (0284) 73-8739 アンタレススイミングスクール 横濱校
営業時間 月～土曜 10:00～21:30 休館日 毎週日曜、祝祭日及び当スクールカレンダー記載日
入会手続き時に
ご用意いただくもの 月会費1ヶ月分
(翌月の月会費) 通帳 (口座振込の為) 銀行もしくは
郵便局の届出印 年会費
2,640円