自立心

『できた！』が増えると、子どもは自分の力を試そうとする気持ちにあふれ意欲的になります。こうした気持ちが『独り立ち』につながり、成長の活力となっていきます。

開拓力

子どもは好奇心旺盛でいつも身の回りのことに興味をもち、自分が気に入りそうなことを常に探しています。興味のあるスポーツと出会い、好奇心の先を探索することは『自分を開拓する力』となっていきます。

協調性

子どもは集団の中で経験する様々なことに対して、悩みながらも『どうすればよいか』を考えるようになります。お友達との関係や勝負事に対する気持ちは、人との関わり方を育む大きなきっかけになります。

＼「できた」って楽しい！／ ＼「できた」って感動！／

君の言葉で「できた」を叫ぼう！

期間 ～ 11月30日 まで

冬の入会キャンペーン

地域随一
水泳上級コーチ、水泳上級教師、水泳基礎指導員、泳力認定員 在籍

11月30日 までにご入会いただいた全てのジュニア会員は

入会金 2,000円(税別) ＆ 指定用品 水着 最大 3,600円(税別) ＆ 指定用品 スイムキャップ 550円(税別)

▶ ¥0

只今、好評につきご入会をお待ち頂くクラスもございますので、詳しくはフロントまでお問い合わせ下さい。
退会後1年未満の方は、キャンペーン特典の対象外とさせていただきます。

ベビースイミング 1回有料 体験

※体験教室のご参加は、初めての方のみとなります。

参加費	500円 税別
日 時	11/25㈭.27㈯ 11：00 - 12：00（上記日時にて1回体験していただけます。）
対 象	6ヶ月～3才未満（保護者同伴）
定 員	5名まで
申 込	初回授業までにご予約下さい 電話予約可

幼児クラス 1回有料 体験

※体験教室のご参加は、初めての方のみとなります。

参加費	500円 税別
日 時	11/26㈭.30㈪ 11：00 - 12：00（上記日時にて1回体験していただけます。）
対 象	2才半～幼児まで
定 員	3名まで
申 込	初回授業までにご予約下さい 電話予約可

成長を実感できる16段階の進級カリキュラム！

STEP 1 水慣れ・水遊び 16級～13級

まずは水と親しむことから始め、水中でのバランス感覚や呼吸の方法を覚えます。また、浮くことやキックの初歩を学びます。

STEP 2 泳ぎの基礎動作 12級～10級

本格的なキック練習を行い、脚力や姿勢、心肺機能などの鍛錬も行います。ストロークといわれる腕の動きも習得し、徐々に泳ぎの基礎を作っていきます。

STEP 3 4泳法マスター 9級～5級

クロール～背泳ぎ～平泳ぎ～バタフライの順で習得します。クロールは最終的に50m、他は25mを完泳できる泳力を身につけます。

STEP 4 初心育成・競泳 4級～1級

四泳法をマスターしたら、今度は泳形練習から競技水泳へと切り替わっていきます。「タイムが縮まる」という、目に見えやすい形で練習の成果が得られます。

体操 ダンス ブレイクダンス 空手

1回 無料体験 受付中

体操 火曜日

学校体育でも重要な跳び箱、マット運動、鉄棒などを中心に練習し、基礎体力作りや柔軟性の向上に役立ちます！

T-1／15：30～16：30（4～6歳）

T-2／16：30～17：30（5歳～小学6年生）

T-3／17：30～18：30（小学3年生～小学6年生）

※T-3クラスは経験者限定（中級クラス）

空手 水曜日

尊敬・感謝・忍耐などを意味する「押忍」の精神を体験し、空手ならではの雰囲気の中、人間性を育んでいきます!!

KA-1／17：00～18：00（5歳～中学生）

ブレイクダンス 木曜日

少人数制で基本からきちんと指導し、スキルアップを目指します。

BR-1／17：00～18：00（5歳～）

ダンス 土曜日

リズム感、柔軟性、体力の向上が図れ、チームワークを養い、表現力が高められます。

0-1／16：00～17：00（初級クラス）5歳～ キャンセル待ち

0-2／17：15～18：15（中級クラス）～中学生 キャンセル待ち

● レギュラークラスの時間割

	月	火	水	木	金	土	日
10:00▶11:00						A9 2.5才～	S1 3才～
11:00▶12:00	A4 2.5才～		J1※ 0.5～2.9才	A5 2.5才～	J1※ 0.5～2.9才	A6 2.5才～	S2 3才～
15:30▶16:30	B4 3才～	B5 3才～	B6 3才～	B7 3才～	B8 3才～	B9 3才～	
16:30▶17:30	C4 3才～	C5 3才～	C6 3才～	C7 3才～	C8 3才～	C9 3才～	
17:30▶18:30	D4 5才～	D5 5才～	D6 5才～	D7 5才～	D8 5才～	D9 5才～	

● クラスによって定員の場合がございます。お問い合わせください。※ベビースイムは水金のフリー出席制です。

月会費（フリー出席制）水・金 ¥5,800(税別)

ベビースイム	J	6ヶ月～3才未満	水・金のフリー出席制。6ヶ月～3才未満のお子さんと親御さんのスイミング。コーチから親御さんに、親御さんからお子さまへ。親子でスキンシップを図りながらの楽しいスイミング。

月会費 週1回 ¥5,800(税別) / 月会費 週2回 ¥7,300(税別) / 月会費 週3回 ¥7,800(税別)

キッズスイム	A	幼児 2.5才～	幼児だけのスイミング。のんびり楽しく遊びながらの水慣れから。
ジュニアスイム	B・C・S	3才～中学生	進級基準に基づいたスイミングスクール。遊びながらの水慣れから、4泳法・個人メドレーなど競泳まで。
	D	5才～中学生	

レギュラークラスご入会の場合は…

下記の物をご用意の上、フロントまでお申し込みください

1. 入会金…2,000円(税別)▶キャンペーン中につき 0円
2. 初年度年会費…3,000円(税別)
3. 月会費 2ヶ月分…ご希望のクラスの月会費をご用意ください。
4. 指定用品代 … 水着・キャップ▶キャンペーン中につき 0円 ※別途リュック費用 2,000円（税別）必要
5. 金融機関通帳＋届出印鑑（又はキャッシュカードと暗証番号）対象の有無お問い合わせください。
6. 身分証明書

SUN SPORTS CLUB サンスポーツクラブ 姫路

TEL.079-287-2850

姫路市増位本町2-12-10
イオン姫路店内1F

当クラブは新型コロナウイルス感染防止ガイドラインを遵守しております。

当クラブは日本スイミングクラブ協会加盟店！

自慢の水泳指導は地域No.1の実績を持つコーチ陣在籍！

水泳上級コーチ / 水泳基礎指導員 / 水泳上級教師 / 泳力認定員

サンスポーツクラブ 姫路 検索 http://www.sunss.com/himeji/