

NSPのスイミングで…冬でも育てる みんなのやる気, 勇気, 元気!

体への負担が少ないから小さい子でも安心です

脳の神経回路を発達させる

水難事故から自分の身を守ることに繋がる

陸上の運動に比べて大きな運動量がある

バランスよく全身の発達になる

心肺機能の向上ができる

スイミングは良いことがいっぱいある **スイミング会員募集中!**

みんなの近くのスイミング

NSP高知スイミングスクール

☎088-855-7088

高知県高知市北端町 100 番地 高知中学高等学校屋内プール

無料体験

できます(電話申込OK)



受付・お問い合わせ時間 ※月曜日はお休みです

火～金/14:00～18:30 土/12:00～16:00 日/12:00～15:30(営業していない日曜日もありますので事前にご確認ください)

(公財) 日本体育協会資格保有者在籍

【月会費】

ジュニアクラス 週1回/6,500円

週2回/7,800円

週3回/9,200円

競泳クラス 育成(週3回)/8,000円

選手ジュニア(週5回)/9,000円

選手(週6回)/10,000円

ファミリー(3人1組)

ジュニアクラス/18,000円

競泳クラス/20,000円

【入会金】 ~~3,000円~~ → 無料

【年会費】 3,300円

家族会員特典(兄弟等)

- ① 月会費は2人目から500円割引
- ② 年会費は2人目から半額



スクール時間

NSP高知スイミングスクール

	火	水	木	金	土	日
13:00						
14:00					ジュニア A5 13:30~14:25 園児・小学生	
15:00					ジュニア B5 14:45~15:40 園児・小学生	
16:00	ジュニア A1 16:10~17:05 園児・小学生	ジュニア A2 16:10~17:05 園児・小学生	ジュニア A3 16:10~17:05 園児・小学生	ジュニア A4 16:10~17:05 園児・小学生		育成
17:00					育成	選手 ジュニア 16:00~ 17:30
18:00	ジュニア B1 17:25~18:20 園児・小学生	ジュニア B2 17:25~18:20 園児・小学生	ジュニア B3 17:25~18:20 園児・小学生	ジュニア B4 17:25~18:20 園児・小学生	選手 ジュニア 17:00~ 18:30	選手 17:00~ 19:00
19:00	育成	育成	育成	育成		
20:00	選手 ジュニア 19:00~ 20:30	選手 ジュニア 19:00~ 20:30	選手 ジュニア 19:00~ 20:30	選手 ジュニア 19:00~ 20:30	選手 ジュニア 19:00~ 20:30	選手 ジュニア 19:00~ 20:30
21:00						

ジュニアクラス

週1回、週2回、週3回コースがあります(曜日や時間の組み合わせに規定はありません)

競泳クラス

育成コースは週3回(火~日曜日の中で曜日選択自由)

選手ジュニアコースは週5回(火~日曜日の中で曜日選択自由)

選手コースは週6回

※競泳クラスは担当コーチとの事前確認(泳力等)があります

ジュニアは火~土のなかで週1回クラスから週3回クラスがあります。
水着はお持ちの物でかまいませんので、すぐ始められます(スイムキャップのみ指定用品)。だから安心。

初心者は水深90cmで練習だから大丈夫
上級者は水深130cmでしっかりと練習できる