



あなたの街の「いるかのプール」です!!



まずは1回いるかプールに入ってみよう!

入会キャンペーン実施中月 & 体験レッスン受付中!!

まずはお試しで!!

特典1 入会金

70%OFF!

通常¥10,000(税別)

メルマガ登録で

入会金100%OFF!

特典2 子供クラスには

スポーツハイツオリジナル
スクールバッグ(指定用品)
プレゼント!

OR

大人・ベビークラスには

スポーツハイツオリジナル
いるかポーチプレゼント!

8月31日(月)まで

特典3 子供クラスには

ステップアップ
レッスン券3枚
プレゼント!

OR

大人・ベビークラスには

フリーレッスン券3枚
プレゼント!

【体験レッスンの流れ】

体験ご希望日・クラスが決まりましたら、前日までにご予約下さい。(電話予約可)

水着・帽子・タオル等を持って、レッスン開始15分前までにフロントにお越しください。(体験費をお納め下さい)

下駄箱・ロッカーをご案内します。水着に着替えた後プールサイドへ。コーチがまっています!

プールサイドで準備体操後、体験レッスンスタート!

楽しく体験していただきましたか?体験当日入会された方には、体験費全額キャッシュバック特典あり!!

1回 ¥1,000(税別)

8月31日(月)まで

■入会手続きにご用意いただくもの

入会金 **0円+** (※通常10,000円(税別))

月会費 (2ヶ月分)

顔写真1枚 (タテ2.5cm×ヨコ2.5cm) スナップ写真可

口座番号確認のため銀行届出印と預金通帳 3ヶ月目から指定銀行(みずほ・三井住友・三菱東京UFJの全国各支店)での自動引き落としとさせていただきます。

指定用品 3 幼児・学童クラスの方は、水着・スイミングキャップ・バック

■お知らせ

休館日 **7月29日(水)**
8月1日(土)・8月2日(日)
(館内清掃・全換水)

※8月3日(月)より通常営業

大人スクールご案内

マスターズクラス 初級～中・上級まで

泳力別クラスによる振替自由のクラスです。泳ぎのテクニックや健康・体力維持・増進の為のクラスです。

【日・火・水・金・土】10:00～11:15
【月・土】13:00～14:15 ※木は中・上級のみ
【土】18:30～19:45
【月・金】19:30～20:45 ※月・金の19:30～は中・上級のみ

月会費 **¥8,200(税別)**

ビギナークラス

水泳を始めてみたい方、初心者専用クラスです。水慣れから始めましょう。お気軽にどうぞ。

【日】11:30～12:45

月会費 **¥8,200(税別)**

リフラックスクラス

50歳以上の方で、リフレッシュ&リラックスを目的にゆっくりペースで泳ぎたい方のクラス。

【日】15:00～16:00
【木】13:00～14:00

月会費 **¥8,200(税別)**

アクアエクササイズクラス

運動を継続的に行って健康維持増進とメタボ&ロコモ予防、身体機能のトレーニングによる総合的な運動プログラムです。

【月・木】10:15～11:15
【火】13:15～14:15
【金】11:15～12:15

月会費 **¥8,200(税別)**

流水30クラス

流水マシンによる直当てのみに集中したショートプログラムのクラスです。

【火】14:20～14:50

月会費 **¥4,200(税別)**

流水健康クラス

流水機を利用した軽有酸素運動、血行促進・マッサージに効果抜群。また、シェイプアップに。

【月・木・土】12:15～13:15

月会費 **¥9,240(税別)**

プライベートレッスン

マンツーマンでご希望のレッスンを! 完全予約制、詳しくはフロントにお問い合わせください。

1回(30分) **¥3,150(税別)**

表示金額は週1/月4回コース(税別)です。

子供スクールご案内

表示金額は週1/月4回コース(税別)です。

※現在、幼児クラス・小学生クラスは時間差で短時間レッスンを実施しております。

ベビースイミングクラス

親子で水に親しみ、水の中での安全な泳ぎを楽しく学びましょう。

6ヶ月～2才11ヶ月児
【月・金】11:15～12:00
【土】11:00～11:45

月会費 **¥8,200(税別)**

キンダーベビークラス

ベビークラスから1歩レベルアップ!お子様が一人立ちできる様に自力を育てていきます。

2才～3才児
【土】11:45～12:30

月会費 **¥8,200(税別)**

幼児クラス

好奇心旺盛で親から離れて積極的に1人で行動する時期です。水慣れから段階的に指導を行います。同時にルール・マナーを守ることとお話を聞くことを学んでいきます。

3才～4才児
【水・土】13:25～14:25
【月・金】15:00～16:00

月会費 **¥8,200(税別)**

小学生クラス

年長さんから小学生・中学生は体力的に大きく成長する時期です。4泳法の技術習得と「自分の身を守る」安全水泳の技術習得をしていきます。

小・中学生全般
【月・水・木・土】15:25～16:25
【月・土】16:25～17:25/17:25～18:25

月会費 **¥8,200(税別)**

サンデーベビー

はじめてのプールデビューを日曜日に月2回(隔週)でゆっくりとはじめたいママに最適なベビークラスです。

6ヶ月～2才11ヶ月児(10組限定)
【第1・3日曜日】11:30～12:15

月会費 **¥4,800(税別)**

日曜親子水泳

パパ・ママがコーチです。親子でゆっくりペースで月2回(隔週)楽しく一緒に泳ぎましょう。

3才～4才11ヶ月児(10組限定)
【第2・4日曜日】11:30～12:30

月会費 **¥4,800(税別)**

サンデー幼児クラス

日曜日、隔週なので、ゆっくりペースで通える幼児クラスです。水慣れから段階的に少しずつはじめましょう。(※AかBのどちらかをお選びください。)

3才～6才児(各10名限定)
A【第1・3日曜日】13:30～14:30
B【第2・4日曜日】13:30～14:30

月会費 **¥4,800(税別)**

メルマガ初回登録特典

①正規入会時 入会金30%OFF=3,000円 割引クーポン券。一般入会特典併用可、入会金トータル100%OFF!!

②1回体験費 500円割引(当日入会キャッシュバック適用)。

③親子水泳(8回1クール)参加費2,000円割引。

ヘルスケアクラブ会員

ジム・プール使い放題! 組み合わせいろいろ!

その他、体力に合わせたプログラムたくさん!! お問い合わせ下さい。

レギュラー会員

月会費 **¥10,500(税別)**

【月～土】10:00～22:00
【日・祝】10:00～20:00

ジム

ファミリー/グループ/スクール重複会員

月会費 **¥7,350(税別)**

【月～土】10:00～22:00
【日・祝】10:00～20:00

ジム

デイ(平日)会員

月会費 **¥7,350(税別)**

【月～金】10:00～17:00

ジム

ナイト会員

月会費 **¥4,730(税別)**

【月～金】17:00～22:00

ジャグジー

ホリデイ(週末)会員

月会費 **¥5,250(税別)**

【土・日・祝】10:00～22:00
【日・祝】10:00～20:00

プール

ミニスタジオプログラム

ヨガ60分 ¥1,000(税別)
その他各30分 ¥500(税別)

※予約制です。直接フロントにお問い合わせの上お申し込み下さい。

スタジオ

子供会員対象

泳法+安全教育

スポーツハイツでは、オーストラリアロイヤルライフセービング協会と提携して、水の事故防止を目的とした「スイム&サバイブ」プログラムを普段のレッスンの中で指導しています。

現在の「スイム&サバイブ」ライセンス取得小中学生 **1,400名以上突破!!**

オーストラリア本国協会より認定証とワッペン授与!!

Swim&Survive

レスキューロープ

着衣泳

ライフジャケット装着

アクセス方法が増えました

永福町駅 中野行き「方南町」バス下車 徒歩7分
新成行「方南町」バス下車 徒歩7分
成成行「方南町」バス下車 徒歩5分
成成行「方南町」バス下車 徒歩3分
方南町駅 地下鉄丸の内線「方南町」駅 徒歩7分

※駐車場はございません。

至 高円寺・阿佐ヶ谷
至 中野
至 新成
至 新成
至 新成