

# 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!!

まずはお試して!!

特典1 入会金

**70%OFF!**

通常¥10,000(税込¥11,000)

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  
グッズプレゼント!

8月31日(木)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】 1回 ¥1,000 (税込¥1,100)

8月31日(木)まで

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  
たらプールサイドへ。  
コーチがまっています!

プールサイドで  
準備体操後、  
体験レッスンのスタート!

楽しく体験していただ  
けましたか?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!!

※但し定員制クラス(キッズ・ベビー・サンデー・幼児・日曜親子)を除く。

入会手続き時にご用意いただくもの

入会金  
最大0円

月会費  
(2ヶ月分)

顔写真1枚  
(タテ2.5cm×ヨコ3.25cm)  
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:  
幼児・小学生クラスの方は、  
水着・スイミングキャップ・  
バック

お知らせ

館内メンテナンス/全水交換  
休館日 7月29日(土)・30日(日)・31日(月)  
8月1日(火)・2日(水)・3日(木)

※8月4日(金)より通常営業

### 大人スクールご案内

#### ビギナークラス

水泳を始めてみたい方のための初心者専用クラス  
です。水慣れからゆっくりペースで始めましょう。  
お気軽にどうぞお越しください。

【日】11:30~12:45



月会費  
¥8,700(税込¥9,570)

表示金額は週1/月4回コースです。

#### マスターズクラス 初級~中・上級まで

泳別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。  
初めての方もたくさんいらっしゃいます。

【日・火・水・金・土】10:00~11:15  
【月~土】13:00~14:15  
【土】18:30~19:45  
【月~金】(4月より)19:30~20:45 ※月・木の19:30~は中・上級のみ



月会費  
¥8,700(税込¥9,570)

#### 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。水中歩行中心に、水中ダンベル体操、アクアノードル、  
流水リラゼーション、水中ボールウォーキング、etc.

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



月会費  
¥8,700(税込¥9,570)

#### 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)  
¥3,330(税込¥3,660)

### 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!

### Smart Life Project × スポーツハイツ

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。

<p>レギュラー会員</p> <p>月会費 ¥11,000 (税込¥12,100)</p> <p>【月~土】10:00~21:00 【日・祝】10:00~20:00</p>	<p>ファミリー/グループ/ スクール重複会員</p> <p>月会費 ¥7,850 (税込¥8,630)</p> <p>【月~土】10:00~21:00 【日・祝】10:00~20:00</p>	<p>デイ(平日)会員</p> <p>月会費 ¥7,850 (税込¥8,630)</p> <p>【月~金】10:00~17:00</p>	<p>ナイト会員</p> <p>月会費 ¥5,000 (税込¥5,500)</p> <p>【月~金】16:00~21:00</p>	<p>ホリデイ(週末) 会員</p> <p>月会費 ¥5,750 (税込¥6,320)</p> <p>【土】10:00~21:00 【日・祝】10:00~20:00</p>	<p>ミニスタジオ プログラム</p> <p>ヨガ 60分 ¥1,200(税込¥1,320) その他 各30分 ¥600(税込¥660)</p> <p>※予約制です。ご希望フロントに お問い合わせの上お申し込み下さい。</p>
--	---	--	---	--	---

### 子供スクールご案内

表示金額は週1/月4回コースです。

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

<p>ベビースイミングクラス</p> <p>親子で水に親しみ、水の中でしか できないスキップを楽しみ ましょう!</p> <p>6ヶ月~2才11ヶ月児 【月・金】11:15~12:00 【土】11:00~11:45</p> <p>月会費 ¥8,700(税込¥9,570)</p>	<p>キッズベビークラス</p> <p>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 様に自力を育んでいきます。</p> <p>2才~3才児 【土】11:45~12:30</p> <p>月会費 ¥8,700(税込¥9,570)</p>	<p>幼児クラス</p> <p>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ない ます。と同時にルール・マナーを守ることお話を 聞くことを学んでいきます。</p> <p>3才~4才児 3才~6才児 【水・土】14:25~15:25 13:25~14:25 【水・木・金】15:00~16:00</p> <p>月会費 ¥8,700(税込¥9,570)</p>	<p>小学生クラス</p> <p>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。</p> <p>小・中学生全般 【月・水・木・土】15:25~16:25 【月~土】16:25~17:25/17:25~18:25</p> <p>月会費 ¥8,700(税込¥9,570)</p>
<p>サンデーベビークラス</p> <p>はじめてのプールデビューを日曜 日に2回(隔週)でゆっくりと はじめて!ママに最適なベビー クラスです。</p> <p>6ヶ月~2才11ヶ月児(10組限定) 【第1・3日曜日】11:30~12:15</p> <p>月会費 ¥5,050(税込¥5,550)</p>	<p>日曜親子水泳クラス</p> <p>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。</p> <p>3才~4才11ヶ月児(10組限定) 【第2・4日曜日】11:30~12:30</p> <p>月会費 ¥5,050(税込¥5,550)</p>	<p>サンデー幼児クラス</p> <p>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づつ はじめてみましょう。(※AかBどちらかをお選びください。)</p> <p>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</p> <p>月会費 ¥5,050(税込¥5,550)</p>	<p>メルマガ初回登録特典</p> <p>①正規入会時 入会金30%OFF 一般入会特典併用可 入会金トータル 100%OFF!!</p> <p>②1回体験費 500円割引 (当日入会キャッシュバック適用)。</p> <p>③親子水泳(8回1クール)参加費 2,000円割引。</p>

子供会員対象  
泳法+安全教育 Swim&Survive

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」ライセンス取得小学生  
2,000名!!

オーストラリア本国協会より認定証とワッペン授与!!

レスキューロープ 着衣泳 ライフジャケット装着

永福町駅 中野行き「方南町」バス停下車 徒歩7分  
新宿行き「方南町」バス停下車 徒歩7分  
阿佐ヶ谷駅 阿佐ヶ谷行き「内二丁目」バス停下車 徒歩5分  
方南町駅 地下鉄丸の内線「方南町」駅 徒歩7分

アクセス方法が増えました

至 高円寺-阿佐ヶ谷  
至 新宿  
至 中野  
至 大光  
至 大光  
至 大光  
至 大光

※駐車場は  
ございません。