



ながでんスイミングスクール若里

子どもスクール ご案内

TEL : 026-227-1233 〒380-0928 長野市若里6-5-12

- 営業時間 [月～土曜日] 9:30～19:30
- 休館日 毎週日曜日、その他(GW、夏季、年末年始等)

●コース案内

【スイミングスクール】

対象	コース	時間	月会費	教室内容
6ヶ月～	親子ベビー [Jコース]	[火・木・金・土] 10:00～10:50	フリークラス 5,754円	ママやパパと一緒に遊びながら少しずつ水に慣れていきます。
2歳6ヶ月～ 4歳	未就園児 [Aコース]	[火] 15:40～16:40 [木・金] 14:50～15:50 [土] 10:50～11:50	フリークラス 6,270円	ママやパパと離れてレッスンを行います。水遊び、水慣れを通じて水に慣れていきます。 (顔付け～潜り中心)
年少～年長	未就学児 [Bコース]	[月～金] 15:50～17:00 [土] 13:30～14:40 14:30～15:40	週1回 6,948円 フリークラス 8,928円	Smile Swimming 水遊び、水慣れを通じて「楽しむ」を大切にします。 (顔付け～浮き身～バタ足～クロール)
小学生	小学生 [Cコース]	[月～金] 16:50～18:00 [土] 15:30～16:40 16:30～17:40	週1回 6,948円 フリークラス 8,928円	Style Swimming 泳ぎの基本を通じて「正しい水泳技術」を大切にします。 (水慣れ～バタ足～クロール～背泳ぎ～平泳ぎ)
小学生以上	泳力上級者 [Eコース]	[月～金] 17:50～19:00 [土] 17:30～18:40	週1回 6,948円 フリークラス 8,928円	Speed Swimming 自分への挑戦を通して「達成感」を大切にします。 (バタフライ～個人メドレー)
育成・選手	トップスイマー [F・Gコース]	育成[F1] [月～木]18:00～19:00 選手[F2] [月～木]19:00～20:00 選手[G] [月～木]19:00～20:30 合同 [金]19:00～20:30 [土]18:40～20:10	週6回 11,458円	全国大会に数多くの選手を輩出しているながでんスイミングスクールで本格的に選手として水泳を学びます。

【空手】※飛翔塾提携

曜日	対象	時間	月会費	教室内容
火	4歳～中学生	17:30～18:30	週1回 6,508円	指導は長野市で有名な飛翔塾。空手を通じて強い心と体を鍛えます。

●ダブルスクール

子どもスイミングスクールに空手を組み合わせると空手月会費が5,408円（通常6,508円）となります。

●ご入会手続きにご用意いただくもの

- 申込書
- 登録料(3,300円)
- 当月分日割月会費(当月から開始される方のみ)
- 翌月分月会費
- 指定用品代(バッグ・水着・キャップ)
- 指定金融機関口座番号と届出印(八十二銀行、長野信用金庫、ゆうちょ銀行のいずれか)
- 顔写真1枚(スナップ写真可) タテ4cm×ヨコ3cm

●スクールバス

スクールバス利用料：月々770円(週1回利用可、フリークラスは週2回まで利用可)
※ご利用の際は月会費にスクールバス利用料が加算されます。バス停は固定となります。

月・木	安茂里方面	山王～小柴見～伊勢宮団地～裾花
	風間・七瀬方面	松岡～風間～南又～七瀬～若里
火・金	若里・栗田方面	荒木～北中～栗田～南又～芹田
	川中島・青木島方面	四ツ谷～川中島駅～三本柳～丹波島～綱島
水	安茂里・若里方面	小市南団地～犀川～伊勢宮～裾花～若里
	三本柳・青木島方面	三本柳～稲里中央～青木島
	高田・大豆島方面	南部小～上高田～風間～大豆島～松岡
土	安茂里・若里方面	小市南団地～犀川～伊勢宮～裾花～若里
	高田・大豆島方面	南部小～上高田～風間～大豆島～松岡

※バス停や運行時刻等詳しくはお問い合わせください。

●各種制度

期日までにフロントにてお手続きしていただく必要がございます。

コース変更…1ヶ月単位でスクールの曜日や時間帯の変更ができます(コース変更手数料220円)。

休会…退会することなく1ヶ月単位でスクールを休止することができます(休会料1ヶ月1,100円)。

退会…スクールを退会することができます。

●駐車場

①第1駐車場：ながでんスイミングスクール若里建物前 ②第2駐車場：詳しくはお問い合わせください。

※表記の金額は全て消費税込みです

2022年度ながでんスイミングスクール若里 子どもスイミングスクール年間スケジュール表

2022年 4月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

5月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

*3週営業

6月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

7月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31					8月分	

8月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

10月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

11月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

12月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2023年 1月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

*3週営業

2月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

3月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

■ 休館日 ■ チャレンジウィーク

営業時間 月～土 9:30～19:30

- ・欠席はWEB欠席申請していただくようご協力ください。
- ・振替をご希望の場合は事前にWEB振替申請・電話にてご予約ください。※振替に期限はございません(休会中、退会後の振替利用不可)
欠席と振替の管理は下の表をご利用いただき計画的に振替をお願いいたします。
- ・各種届出締切日 毎月15日(休館日の場合は前営業日)
※電話口頭での手続きは出来かねます。※締切日以降は翌月分扱いとなりますのでご注意ください
- ・月会費の口座振替 毎月2日(金融機関定休日の場合は翌営業日) ※欠席した場合でも割戻しはございません。
- ・施設内での物の紛失は当クラブで責任を負いかねますので、ご自身の責任において管理をお願いいたします。忘れ物保管期間3ヶ月。
- ・5月、1月は3週営業となります。※特別振替の2回分は該当日以降にご利用ください。

欠席振替え管理表 ※振替え時のスクールバス利用はできかねますのでご家庭で送迎をお願いいたします。													
欠席日	例4/6	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
振替え日	例4/9	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
特別振替え日	/	/											



Web欠席・振替システムQRコード



ながでんスイミングスクール若里

成人プール会員 ご案内

TEL : 026-227-1233

〒380-0928 長野市若里6-5-12

- 営業時間 [月～金] 9:30～17:00 [土] 9:30～13:00 [祝日] 月～金と同時間
- 休館日 毎週日曜日、その他(夏季、年末年始等)

● 成人プール会員

月会費：4,950円 プールをご利用いただけます。

※個人会員の方が他店舗(長野・若里・中野)をご利用になる際はご利用店舗にて施設利用料550円を都度お支払いください。

● 各施設のご案内

【プール】 ご遊泳(水中歩行含む)や各種レッスンにご参加いただけます

- ・25m×6コース 水温30.5～31.0 室温30～32度
- ・水中ウォーキング、水泳レッスン、アクアビクス等各種レッスンにご参加いただけます。※詳しいレッスン内容は別紙をご覧ください。
- ・プライベートレッスン…スイミングコーチによるマンツーマン水泳レッスンもごさいます(有料：30分1,650円 予約制)
- ・曜日、時間帯によりコース利用制限がございます(月・水曜日午前の貸し切りの際はご利用いただけない時間帯がございます)

【スタジオ】 ながでんカルチャー若里教室：有料

- ・外部インストラクターによるエアロビクス、ヨガ、ピラティス、ダンス、ステップ等の本格的なレッスンを行っております(有料)
- ・カルチャー教室だけのお申込みもできます。詳しくお問い合わせください。

【ジムチケット】 チケット制でジムをご利用いただけます

- ・チケット1枚2,200円で5回ジムエリアをご利用いただけます。
- ・チケット利用は、若里プール会員、ながでんカルチャー教室会員(若里校利用)、他校会員の購入者ご本人に限ります。
- ・利用方法、時間等の詳細につきましてはお問い合わせください。

● プールご利用時の持ち物

水着(ビキニ、リゾート用水着不可)・スイムキャップ・タオル・ゴーグル(遊泳される方)

● 駐車場

①第1駐車場：ながでんスイミングスクール若里建物前 ②第2駐車場：詳しくはお問い合わせください。

● ご入会手続きにご用意いただくもの

- 申込書
- 登録料(3,300円)
- 当月分日割月会費(当月から開始される方のみ)
- 翌月分月会費
- 会員証代(1,100円)
- 指定金融機関口座番号と届出印(八十二銀行、長野信用金庫、ゆうちょ銀行のいずれか)
- 本人確認書類(運転免許証、パスポート、健康保険証など)

● 各種制度

- ・期日までにフロントにてお手続きしていただく必要がございます。
- 休会…退会することなく1ヶ月単位で施設利用を休止することができます(休会料1ヶ月1,100円)。
- 退会…施設を退会することができます。

※表記の金額は全て消費税込みです

2022年度ながでんスイミングスクール若里 成人プール会員 年間スケジュール表

2022年 4月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

5月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

4～6日 短縮営業

6月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

7月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31					8月分	8月分

8月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

10月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

11月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

12月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2023年 1月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

4～6日 短縮営業

2月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

3月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

* 営業時間 月～金 9:30～17:00 土 9:30～13:00

■ 休館日 ■ 短縮営業(9:30～15:30)

* ■ 5月4～6日、1月4～6日は短縮営業(9:30～15:30)となります。

* 月曜日/水曜日10:15～11:45はプール貸し切りのためご利用いただけません。館内・シャワー場の示板をご確認ください。

* □ 祝日営業日のスイムレッスンは祝日レッスンとなります。詳細は館内の掲示板をご確認ください。

* プールレッスン担当代行については、プール棟通路の掲示板をご確認ください。