

埼玉YMCAウエルネスプログラム クラス一覧

成人プログラム							
クラス	／週	曜日	時間	クラス費			
				年間一括	月分割	シニア	
レディースレッスン	1回	水	11:00~12:00	¥101,970	¥9,500	¥8,550	
		木					
		金	10:00~11:00				
		金	11:00~12:00				
エンジョイレッスン	1回	火	11:00~12:00				
		水	19:30~20:30				
		木	19:30~20:30				
		金	19:30~20:30				
		土	11:00~12:00				
ウォーターエクササイズ	2回	火	14:00~14:45	¥94,545	¥8,750	¥7,875	
		木	10:15~11:00				
アーリーモーニングフリー	3日	水金日	8:30~ 9:30	¥42,000	¥3,500		
				¥48,600	¥4,500	¥4,050	
フリースイミング	毎日	月~金	12:00~14:00	¥95,040	¥8,800	¥7,920	
		火~金	19:30~21:00				
		土	19:00~21:00				
		日	11:30~14:00				
ウィークエンドフリー	2日	土	12:00~14:00	¥54,000	¥5,000	¥4,500	
			19:00~21:00				
		日	11:30~14:00				
平日ナイトフリー	4日	火~金	19:30~21:00	¥64,800	¥6,000	¥5,400	
平日ナイト+ウィークエンドフリー	6日	火~金	19:30~21:00	¥77,760	¥7,200	¥6,480	
		土	12:00~14:00				
			19:00~21:00				
			日				11:30~14:00
プライベートレッスン(水泳)	詳細は指導者と相談の上で決定			¥3,500			
				(1時間)			
成人空手	2回	木金	19:30~21:00	¥112,860	¥11,400	¥10,260	
健康空手	2回	木土	9:30~11:00	¥112,860	¥11,400	¥10,260	
	1回			¥65,340	¥6,600	¥5,940	
自彊術	3回／月	水	10:00~11:30		¥4,500	¥4,050	
セットアップ (成人スイミングクラス対象)	① ヘルシーウォーキング 水 12:15~13:00			¥41,800	¥3,800		
	② 健康体操 金 12:15~13:00						
セットアップ (フリースイミング対象)	③ ウォーターエクササイズ 火 14:00~14:45			¥52,800	¥4,800		
	④ ウォーターエクササイズ 木 10:15~11:00						
・各スイミングプログラムと対象プログラムのセット登録 基本のクラス費に左記金額を追加							
セットアップチケット	上記セットアップ対象クラス			¥8,000／8枚			