

マイティスイミング倶楽部

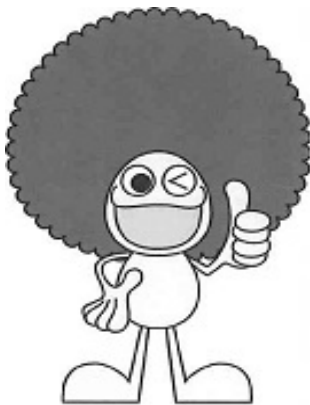
『公認水泳教師在籍施設・泳力検定会会場』

オーシャン・イングリッシュ・クラブ米沢校
ガウディア 米沢教室

<入会案内> 水中活動倶楽部®
オリジナルキャラクター



(イラスト:いとうみわこ作)



園児からでも
学べる

愉しくて身に付く英語レッスンはオーシャン！



「わくわくくん」

「すまいるちゃん」

のびのび いきいき すこやかに
「共同子育て」がテーマ。

マイティスイミング倶楽部では、「共同子育て」
「活力生活倶楽部®」をテーマに、全世代の会
員・保護者の方とともに子ども達が、いきいきと
すこやかに成長できる居場所づくりを目指してい
ます。

水中での活動・運動の楽しさを実感していただく
のはもちろんのこと、イベント・英会話・学習教
室など日々の倶楽部ライフの中で得られる“気づ
きや学び”を大切にしながら、会員、保護者の皆
さんとともにより良い倶楽部創りを目指してい
きたいと思っています。



OCEAN ENGLISH CLUB

Gaudia

〒992-0012 山形県米沢市金池7丁目8-13

TEL 0238-22-3644 / FAX 0238-21-2894

URL <http://www.growth-sports.com/>

マイティスイミング
オーシャン 米沢
ガウディア米沢教室



検索

内容や共同子育てにつ
いて詳しく知りたい方
はこちらから



<https://www.facebook.com/mightyswimming>

各コース 1回無料体験ができます！

* 無料体験のご予約は、前日まで。フロントまでお気軽にご連絡ください

(TEL 0238-22-3644)

●親子倶楽部【スイミング】

…生後6ヶ月～3歳までのお子さんと保護者

お母さんのお腹の中にいる時から、ひとつの泳ぎをしていた赤ちゃん。

すでに水慣れをしている赤ちゃんにとって、水はとても親しみのあるもの。水を通して家族の触れ合いを実感!!
保護者の方の運動不足にも役立ちます。

産後1年間は、体の回復に効果のある産後ヨガをおすすめしています。

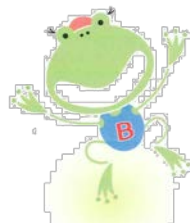
…のびのび愉しく水の中で活動…★東北初★

●水中活動倶楽部[®]「びっき〜'S」

…3歳～就学前まで

スイミングとして「幼児期に何が大切か」
を考えて作られたコースです。

私たちは、単なる水泳指導としてではなく、広い視野で
人間形成に大事な幼児期の心と体の成長を育む支援を
していきたいと思っています。



幼児・保護者への5つのメッセージ

- 1、水はおともだち
—水との原体験が活力を育む—
- 2、なんでもやってみよう
—興味・欲求から活動力を育む—
- 3、たのしくやろう
—楽しみながら自立・自立育む—
- 4、おともだちとなかよく
—仲間と表現力・協調性を育む—
- 5、ママとパパとせんせいはおともだち
—保護者・スタッフとの『共同子育て』—



❁子どもの心を育むスイミング❁

幼児期にとって興味・関心・欲求・愉しさというのは、成長するために欠かせない要素です。
ですから、遊びや環境の質はとても重要です。スイミングでは、こうした要素を大事にし、子どもたちの個性を
尊重して活動をすすめていきます。子ども自身、水とのふれあいを楽しみながら活動を展開していくなかで、
いろいろなことを体験し、身体的にも内面的にも成長していきます。

❁安全のためのグループづくり❁

クラス分けについては、幼児期の子どもの興味や個性・活動の幅などに配慮しながら安全を第一に考えた
クラス分けをしています。

例えば…子どもの活動範囲が違い過ぎないか、成長段階において理解力や判断力が違い過ぎないか…
などを考えています。

●ガウディア【学習教室】★算数・国語★

…幼児～小学生まで

日能研関東と河合塾グループが作った学習教室です。一方的に答えを教え込むのではなく、子ども自らの理解
する力を大切に考えられた内容(導入・基礎・発展の構成)ですので、効果的に力をつけていくことができます。

自分で考える力は、「これからの社会を生きぬく学び」の土台を作ることに繋がります。

幼稚園児・小学生の各学年・各個人に合わせたぴったりの内容で学習できますので、つまずき防止にもなり、
自然と学習意欲が高まることが期待されます。

※入会及び会費などのシステムは別紙参照となります。 スイミング送迎バス、利用可

●ジュニアコース

…小・中高学生

【ジュニアコース クラス】

水に親しみながら、愉しく泳ぎを覚えよう！
初めてのクラスから4泳法習得のクラスまで、子ども
の心と体の成長を育むコースです。

学童・保護者への5つのメッセージ

1. スイマーへのチャレンジ！
ーチャレンジ(泳法・泳力)能力を育むー
2. 友達作りをしよう！
ーコミュニケーション(協調性)能力を育むー
3. 考えながらやっついでこう！
ークリエイティブ(創造力)能力を育むー
4. みんなで語り合おう！
ープレゼンテーション(表現力)能力を育むー
5. 自分を成長させよう！
ーヒューマン(人間形成)性を育むー

クラス	帽子の色	進級基準
ステージ1	白	けのび5m・補助付背浮き5秒
ステージ2	緑	面かぶりキック7m 背浮き5秒
ステージ3	水色	面かぶりクロール10m 背面キック(きをつけ)12.5m
ステージ4	オレンジ	クロール25m 背面キック(両手上)25m
ステージ5	紫	背泳ぎ25m
ステージ6	黄色	平泳ぎ25m
ステージ7	ピンク	バタフライ25m
ステージ8	青	100m個人メドレー (制限タイム)
ステージ9	黒	

●選手・育成コース

…スタッフ推薦

水泳が好き。泳ぐ愉しさを実感した先に目指すのは…？
適切なトレーニングプログラムと丁寧な指導が高い評価を
得ています。小・中・高校生まで郊外活動部を含め地元の
競泳選手のサポートを30年以上サポートしています。

●大人のコース

…16歳以上

【フリーウォーキング・フリースイム・プール&スタジオプログラム】

腰痛・流水以外のすべてのプログラムに参加できます。
新たなスタジオプログラムやプールでのウォーキング・ジョギング
などを始め、さまざまな道具や水の特性を活かし、筋力UP・脂肪
燃焼・機能改善など…個人個人の目的にあったレッスンを提供
します。
※別紙プログラム表参照

●生活習慣病予防コース

【腰痛改善予防・流水らくらく運動・フリーウォーキングのみ】

…16歳以上

体力、肉体に衰えを感じる方、腰痛、肩こり、関節痛でお
悩みの方、更年期障害、成人病、便秘、肥満、リハビリ、
シェイプアップ、ストレス解消などなど、日ごろの運動不足
の解消から脱メタボまで、ご自身のライフスタイルに合わ
せた倶楽部ライフをご提供します。

《プールレッスン》

リラックス:体を水に浮かせてリラックス。心と体の疲労回復に！
ジョギング:水中で愉しくジョギング。膝・腰が不安な方も安心！
サーキット:プールサイドを利用してサーキットトレーニング…など
《スタジオレッスン》
ヨガ:心と体の調和を保ち呼吸に意識を向けバランスを保ちます。
体操:リズムに合わせて体を動かし新陳代謝向上！ …など

初めての方でも気軽に参加できるコースです。

●英会話コース <オーシャン・イングリッシュ・クラブ米沢校>

100%外国人講師 ネイティブスピーカー シックリトシタオリジナルテキスト！

…4歳～大人まで

日本人アシスタントがいるから安心！スイミング送迎バス利用可

「英語を聞いてその意味がわかる愉しさ・英語を話せる愉しさ」を実感！

《園児クラス》

「聞く・話す」にウェイトを置き、何よりも子どもたちが英語によるコミュニケーションを愉しめるように工夫しています。
クイズ形式でいろいろな英語を聞いて答えていきます。基本中のキホンが幼児期からしっかり身に付きます。

《小学生クラス》

「聞く・話す・読む・書く」をバランスよく学習。日常会話で使われる基本的な英語を会話形式で学んでいきます。
中学生レベルの基本英文が耳と口で身に着くレッスンを表現。

《中・高生クラス》

会話力と英文法の基礎が身に付けば使える英語力がドンドン伸びていきます。「楽に身に付くレッスン」を可能にする
オーシャンのオリジナル教材。学習内容が一目瞭然で、家庭学習に役立つ付属CDもあります。

《大人のクラス》

「英語を話せるようになりたい!」そんな方におすすめ。気軽に外国人講師と英語のコミュニケーションを愉しめます。

■時間割

☆E1～E8 水中活動倶楽部(50分):3歳～就学前のお子さん

○園児・小・中・高学生コース○ ☆S1～S21 ジュニアコース(55分) :小・中・高学生

	月	火	水	木	金
14:50	E1	E2	E3	E4	E5
15:40					
16:00	S3	S6	S9	S12	S15
16:55	ステージ1～ステージ9				
17:10	S4	S7	S10	S13	S16
18:05	ステージ1～ステージ6				
18:15	S5	S8	S11	S14	S17
19:10	ステージ7～ステージ9				
20:40	選手・育成				

	土	日	
10:00	E6	S1	10:00
10:50		ステージ1～5	10:55
11:05	S18	S2	11:05
12:00	ステージ1～5	ステージ6～9	12:00
12:10	S19	E8	12:30
13:05	ステージ6～9		13:20
13:30	E7	一般開放	14:00
14:20			14:35
14:35	S20		15:30
15:30	ステージ1～9		15:40
15:40	S21		16:00
16:35	ステージ1～9		16:35
18:45	選手・育成		18:45

○生活習慣予防・親子倶楽部○

	月	火	水	木	金
10:00					
11:00					
11:15	親子倶楽部		流水	親子倶楽部	腰痛
12:00					
12:15					
19:30	流水		腰痛		
20:30					

※一般開放 (4月～11月まで)	
会員	:100円
会員家族	:300円
*会員証提示	
会員同伴	:300円
一般	:500円

※生活習慣予防・親子倶楽部 入退館時間のお知らせ※	
○午前入館時間/ 9:45 退館時間/13:00	
○午後入館時間/19:00 退館時間/21:00	

■ 会員システム

● 入会登録料……………2,700円(税抜2,500円)

● 入会金……………6,480円(税抜6,000円)

● 会員種別

会 員 種 別		税抜価格	税込価格(8%)
スイミング(水中活動・ジュニア) &PAM	週1回	5,500	5,940
	週2回	7,000	7,560
	週3回(ジュニアのみ)	8,000	8,640
	週4回以上(ジュニアのみ)	9,000	9,720
選手・育成	—	9,000	9,720
生活習慣予防コース (フリーウォーキングのみ含)	腰痛週1回/流水週1回	6,000	6,480
	腰痛週2回/流水週2回	8,000	8,640
	腰痛+流水(週1回ずつ)	10,952	11,829
	フリーウォーキングのみ	6,000	6,480
大人のコース	—	6,000	6,480
	 夫婦割(2名で)	10,560	11,405
生活習慣予防コース +大人のコース	腰痛週1回/流水週1回+大人	12,000	12,960
	腰痛週2回/流水週2回+大人	14,000	15,120
	腰痛+流水(週1回ずつ)+大人	16,952	18,309
親子倶楽部 (パパママ&ベビー)	月4回	6,000	6,480
	月6回	6,500	7,020
	月8回	7,000	7,560
子ども英会話 (園児・小学生・中学生・高校生)	週1回	7,500	8,100
子ども英会話+スイミング	英会話週1回+スイミング週1回	13,000	14,040
	英会話週1回+スイミング週2回	14,500	15,660
	英会話週1回+スイミング週3回	15,500	16,740
子ども英会話+選手育成	英会話週1回+選手・育成	16,500	17,820
大人英会話	グループレッスン週1回	8,500	9,180
	プライベートレッスン週1回	12,000	12,960

日曜日プール一般開放 (14:00~16:00)

- * 4月~11月まで開放
- * 月末休館日(29日~31日)と祝日休館日はお休みです
- * 持ち物: 水着・スイミングキャップ・バスタオル
- * 施設利用規則及びスタッフの指示に従ってご利用ください
- * 行事、イベント等で利用できない場合もありますので、ご了承ください。

利(用税
料込
金)

会 員:100円

会員家族:300円
(会員証提示で)

会員同伴:300円

— 般:500円

その他		税抜価格	税込価格(8%)
施設利用料	都度利用	200	216
	週1回片道	400	432
	週1回往復/週2・3回片道	800	864
	週2・3回往復	1,200	1,296
暖房費(10月～5月) *スイミングのみ*	週1回/月4回	610	659
	週2回以上/月5回以上/ フリーウォーキングのみ	800	864
	週3回以上/ 月12回以上/大人	1,000	1,080

【バスコース】

※施設利用料・暖房費は毎月会費とともに

口座振替となります

※停留所および時刻については、

フロントまでお尋ねください

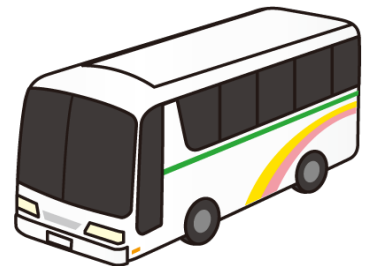
月曜日	市内・赤湯
火曜日	市内・桑山・田沢
水曜日	市内・川西・高畠
木曜日	市内・小野川・南陽
金曜日	市内・桑山・関根・高畠
土曜日	市内・関・小野川・高畠・南陽・川西

■入会申込方法

※下記のものをご持参の上、フロントにてお申込みください

●入会に必要なもの●

- 入会金(6,480円)・入会登録料(2,700円)・月会費(初月1ヶ月分)
- 暖房費(初月1ヶ月分)*10月～翌5月までの期間
- 施設利用料(初月1ヶ月分)*バス利用をご希望の方のみ
- 通帳・届出印(山形銀行・荘内銀行・きらやか銀行・米澤信用金庫・郵便局)
- 顔写真2枚(スナップ写真可)(3cm×3cm枠にお顔が入る程度)
- 指定用品代(水着・帽子・バック)料金は下記をご覧ください



■指定用品(水着・帽子・指定バック)

サイズ	男子水着(Vタイプ)	男子水着(ボックスタイプ)	女子水着
90～140	2,263円 (税抜2,095円)	2,808円 (税抜2,600円)	3,806円 (税抜3,524円)
150～4L	2,365円 (税抜2,190円)	2,916円 (税抜2,700円)	4,011円 (税抜3,714円)

帽子(S/M/L各色)	566円 (税抜524円)
指定バック	2,277円 (税抜2,108円)

※その他各種水泳用品も取り扱っています

■年間の行事もお楽しみいっぱい!

安全水泳・夏祭り・バスツアー
泳力検定会 & 記録会・クリスマス会
お正月初泳ぎなど...

(詳しくは当倶楽部年間スケジュールに
載っています)

●受付時間●

月～金:10:00～20:00 土曜日:10:00～17:30
日曜日:10:00～16:30(12月～3月までは13:30まで)

●休館日●

月末29日以降・祝日・その他
(当倶楽部年間スケジュールをご覧ください)