

2025年

はじめての一步応援キャンペーン!

スマホからも
予約ができる!
今すぐチェック



館内見学 熱烈歓迎!

1 無料体験してみよう!

館内洋式トイレで安心です。

下記目的を選び
お電話でお申込みください。

有料体験



＜プール経験なしでレッスン参加＞

- ・浮けない、呼吸できない方
- ・水中運動目的の方

＜プール経験あり・レッスン参加＞

- ・泳ぎを習いたい方
- ・顔をつけない運動目的の方

＜自由にマイペース利用＞

- ・ゆったり泳ぐ、歩く方
- ・レッスンは必要ない方

※施設体験料/550円(税込)

2 入会コースを確認しましょう。

月会費のみで、ご利用OK!



アクアフリー

- ・水中運動の基本をレッスン
- ・顔をつけず水中運動目的の方



- ・プール初心者
- ・ジョイボール健康体操
- ・水中健康体操

月会費 9,350円(税込)



アクアスイム

- ・泳ぎの基本から、自己流改善目的の方
- ・水中エクササイズで有酸素運動目的の方



- ・プール初心者
- ・全ての泳法レッスン
- ・全ての水中エクササイズ

月会費 9,900円(税込)



フリー会員価格表

泳ぐレーン、歩くレーンなど
表示板を確認のうえご利用ください。

個人フリーコース		
曜日	時間	一括払い(税込)
月～金	10:30～15:00	3ヶ月 25,410円
	18:30～21:00	6ヶ月 46,200円
土曜	11:45～14:15	1年間 83,160円
	18:30～20:30	

アフタヌーンフリーコース		
曜日	時間	一括払い(税込)
月～金	12:00～15:00	3ヶ月 22,770円
		6ヶ月 42,240円
土曜	11:45～14:15	

上記、アクアコースでは、フリーレーンも使い放題!

平日 昼 10:30～15:00 夜 18:35～21:00
土曜 昼 11:45～14:15 夜 18:30～20:30

大人のプールのスケジュール

プログラムは都合により変更の場合がございます。
予めご了承下さい。

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
10:00 10:30 10:45 ジョイボール 健康体操 10:45～11:25 目的別レーンをご利用ください。	10:30分より フリーレーンをご利用ください。	10:30分より フリーレーンをご利用ください。	10:30分より フリーレーンをご利用ください。	10:30分より フリーレーンをご利用ください。	
11:30 クロール 習得 バタ フライ 習得 4泳法 コンディ ション 11:30～12:30 目的別レーンをご利用ください。	10:45～11:25 プール 初心者 背泳ぎ 習得 平泳ぎ 習得 目的別レーンをご利用ください。	10:45～11:25 ジョイボール 健康体操 10:45～11:25 目的別レーンをご利用ください。	10:45～11:25 ジョイボール 健康体操 10:45～11:25 目的別レーンをご利用ください。	10:45～11:25 ジョイボール 健康体操 10:45～11:25 目的別レーンをご利用ください。	
12:30 11:30～12:30 目的別レーンをご利用ください。	11:30～12:30 目的別レーンをご利用ください。	11:30～12:30 目的別レーンをご利用ください。	11:30～12:30 目的別レーンをご利用ください。	11:30～12:30 目的別レーンをご利用ください。	
13:10 水中歩行 水中健康 体操 13:10～14:00 目的別レーンをご利用ください。					
14:00 目的別レーンをご利用ください。					
15:00 昼フリーレーン終了 15時00分ご退水下さい。(月曜～金曜)					
18:35 18時35分よりフリーレーン ご利用ください。					
19:40 クロール 習得 バタフライ 習得 19:40～20:30 目的別レーンをご利用ください。	19:40～20:30 背泳ぎ 習得 目的別レーンをご利用ください。	19:40～20:30 プール 初心者 平泳ぎ 習得 目的別レーンをご利用ください。	19:40～20:30 クロール 習得 目的別レーンをご利用ください。	19:40～20:30 4泳法 コンディ ション 目的別レーンをご利用ください。	
20:30 目的別レーンをご利用ください。					
21:00 夜フリーレーン 21時00分ご退水下さい。					

成人プールプログラムのご案内

ここが違う!

プール初心者 レッスン

陸上と違う無重力感を無理せず体験しながら、水中歩行・浮力の利用法・呼吸の手ほどきを個人レベルでサポートします。

ジョイボール 健康体操

浮力のある「ジョイボール」を使用します。身体を浮かせストレッチや筋力トレーニングにより気持ちよく基礎代謝アップします。

水中健康体操

おしゃべりしながら歩くレベルだから、どなたでもお気軽にご利用頂けます。

泳法レッスン

★★ プールに少し慣れてきた方の基本プログラムです。

★★★ 基本の応用プログラムです。

★★★★ 泳力向上、体力アップのプログラムです。

クロール習得 背泳ぎ習得

・推進動作の基本【バドル効果】
【スカーリング効果】【フラッターキック】を段階的に個人アドバイスを行いますので、安心です。

平泳ぎ習得 バタフライ習得

・バタフライと平泳ぎの基本を習得して25mの完泳を目指しましょう。
・クロール、背泳ぎの復習・改善を行います。

4泳法コンディショニング

4泳法の基本練習や応用ドリルで泳法技術の上達を図りながら、有酸素トレーニングによる脂肪燃焼により基礎代謝の向上をめざします。

目的別レーン ゆっくり泳ぐ方・水中歩行など案内板をご覧になりご利用お願い致します。

3 はじめての一步応援キャンペーン!

申込締切 2026年3月31日(火)

初回月は、登録料
(2,200円)のみで
スタートできます。

入会金

初回月会費

0円 + 0円

受付で入会申込書にご記入の上、
下記手続きをお願い致します。

入会金・初回月会費
0円

登録料 2,200円(税込)

コース別料金
2ヶ月分

金融機関名
口座番号・お届け印



prime プライムスイミングクラブ TEL.0478-55-1780

〒287-0041 香取市玉造1-5-2 受付時間 平日10:00～20:00 土曜9:30～20:00 ©定休日 日曜 その他クラブカレンダーをご覧ください。

プライムスイミング

検索

