

大人から子供までこの春オーパスで楽しいスポーツにチャレンジしてみませんか？

**OPUS**

ぜひ見学・体験に  
お越しください！

# 春のキャンペーン

4/30(木)  
18:00まで

今なら  
入会金

**100% OFF**

かんたんで楽しい  
運動から始めよう！  
フィットネスライフ



初めてのジムでも安心！  
オーパスはあなたの  
「スポーツライフ」を  
しっかりサポートします。

オープン以来初の

**無料  
体験**

**入会金 0円 &**

初めての方、中高年の方も安心安全の健康サポートシステム

体組成測定 負荷心電図測定 初心者・中高年向けプログラム

体験のご予約はこちら

※オーパスを初めてご利用の方で一人につき1回のみご利用頂けます。



水泳の授業が始まる前に  
泳ぎをはじめよう！  
ジュニアスイミング



水泳はじめて良かった！

キャンペーン  
ご入会特典

キャンペーン中に入会の方は、  
スクール用水着・キャップが

**50% OFF**



さらに **全スクール  
無料体験** 開催中

(一人1回限り)

初心者クラス  
練習風景



STEP ①

大きなプールに顔を付ける前に  
洗面器の水で慣れることから  
始めています。



STEP ②

洗面器の水を自分でかぶる練習



STEP ③

水難防止として服を着て一人で  
プールサイドまで戻ってくる練習

春休み  
短期水泳教室  
生徒募集

■1期3/25(水)~3/27(金)・3/29(日)・3/30(月)

■2期3/31(火)~4/3(金)・4/5(日)

・Aコース 9:00~10:00

・Bコース 10:30~11:30

・定員 各コース60名

・料金 6,000円(税抜)

オーパスフィットネスクラブ 高岡

お問合せご予約は

TEL 0766-25-8888



オーパススイミングクラブ 高岡

お問合せご予約は

TEL 0766-25-8008



TEL 0766-25-8008

(営業時間) 月~木 10:00~23:00/金・土 10:00~22:00/日・祝 10:00~18:30  
(休館日) 3月1日(日)、3月22日(日)、4月1日(水)、4月19日(日)

(営業時間) 月~木 10:00~23:00/金・土 10:00~22:00/日・祝 10:00~18:30  
(休館日) 3月1日(日)、3月22日(日)、4月1日(水)、4月19日(日)



# この春、スイミングに チャレンジしよう!

お1人様  
1回限り



## 入会金100%OFF & 無料体験

誰から見ても美しい泳ぎが目標!



オーパスは初心者指導に力を入れています。どのスポーツにも基本動作というものがありません。オーパスは基本動作をしっかり指導しております。

### オーパスは水泳道場!

オーパスは15級以上の生徒を、級別に名前を掲示しています。また、泳ぎだけではなく、礼儀や挨拶もオープン当初から変わらず力を入れております。

体験予約は  
こちら➡



※初めての方に限ります。  
※2日前までの事前ご予約が必要です。

## 春休みこども短期水泳教室

60分×5日間

※練習時間は約60分です。※お申し込みは下記の申込書に料金を添えてお申し込みください。  
※定員になり次第締切らせていただきます。※電話での受付は行っていません。※水着、水泳帽は自由です。  
※受講料については、理由にかかわらず返金いたしかねます。



期間	(1期) 3/25(水)~3/27(金)・3/30(月)・3/31(火) <b>受付締切 3/19(木)</b>
	(2期) 4/1(水)~4/3(金)・4/6(月)・4/7(火) <b>受付締切 3/25(水)</b>
時間	<b>Aコース</b> 午前9:00~午前10:00 <b>Bコース</b> 午前10:30~午前11:30
料金	<b>7,000円(税抜)</b> ※バスご利用は+1,100円です。
対象	3歳~小・中学生

定員  
各コース  
50名

### 練習スケジュール

- 1日目 練習/泳力分け
- 2日目 練習
- 3日目 練習/泳力分け
- 4日目 練習
- 5日目 練習/テスト認定/あそび

5日間練習スケジュールが終わると認定書が贈られます!

### スクールバス運行ルートのご案内

方面によってコースが決まります。



※多少のコース変更は可能ですので、お気軽にご相談、お問い合わせください。  
※詳しいコースの時間などはお申込みの際にご確認ください。  
※各期間、バス利用者が少数の場合、バス運行は中止とさせていただきます。

### オーパス 春休みこども短期水泳教室 申し込み書

フリガナ	男	生年月日	保護者承諾書	
氏名	女	学校名	入会者 _____ が、	
住所	TEL		「オーパススイミングクラブ」	
泳力			「春休みこども短期水泳教室」に	
希望クラス(○記入)	バス	○記入	入会し、水泳指導を受ける事を	
1期・2期	A・B	会員	承諾いたします。	
	有・無	非会員	保護者名 _____	
		合計金額	受付日	受取者 _____

### 領収書

上記金額を正に領収いたしました。

年 月 日 ㊟

オーパス  
スイミングクラブ

# オーパスは「簡単」で「楽しく」「安全」に 運動できるスポーツクラブです。



### スタジオレッスン

ヨガや簡単な体操、脳トレなど  
誰でもできるクラスがあります。



### トレーニング

コーチが一人ひとり丁寧に  
指導いたします。



### 水中ウォーキング

浮力を利用するので、膝や腰に  
負担がありません。

### 心電図測定

あなたの本来の心臓の状態が分かる!  
負荷心電図測定で、あなたに合った  
運動強度をご提案いたします。

#### ①心臓の状態を5段階で評価

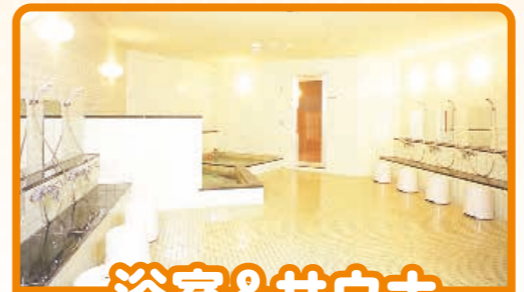
重大な心疾患の恐れがあると、血栓が心臓を通過する「心房細動」と表示され、事前に予見が出来るという優れた機器です。

#### ②運動直後に心電図を測れるのはオーパスだけ!

運動直後の心臓の状態を知ることが出来るので、自分に合った適切な運動強度を知ることが出来ます。



30秒、手のひらに挟むだけで測定完了!



### 浴室&サウナ

運動後はゆっくりお風呂で  
くつろいで下さい。

