



# LEVEL UP!

〈スイミング〉 〈ダンス〉 〈ベビー〉

**8/31**  
申込締切

**大人気! チャレンジコース**

〈スイミング & ダンス〉

今年は回数が選べてさらに便利!

**3回・4回・5回**

**NEW Missionカード登場!**

プールでミッションを  
クリアして  
タラッピーと一緒に  
レベルアップしよう!



ターザンのマスコットキャラクター  
"タラッピー"

**お得な割引! 最大1,000円お得!**

**ペア割: 500円**

**バス割: 500円**

〈スイミング〉

**3回/3,400円!**

〈ダンス〉

**3回/2,300円!**

**送迎バス  
運行**



市内一円・門川方面も運行します。

宮崎県教育庁「学校体育指導者養成研修」指定校

**ターザンスイミングクラブ**

延岡市浜町364 ※お気軽にお問合せ下さい。TEL.0982-21-0908

■営業時間: 月~金 10:00~23:00 土 10:00~21:00 日・祝日 10:00~19:00 (火曜は14:30~18:00)



☆詳しくはホームページをご覧ください

延岡 ターザン 検索





# 今年の夏は、挑戦して成長しよう！

## 大人気！チャレンジコースのご案内



好きな曜日・時間帯で体験できる人気のコース！今年は体験回数も選べてさらに便利に！この機会にチャレンジしてみよう！

### スイミングコース

丈夫なカラダづくりにはスイミング!!  
喘息の子の予防改善にも最適!

《対象者》3才～小学生  
《定員》80名  
《料金》※税込  
・3回/4,400円  
・4回/5,500円  
・5回/6,600円



申込みは  
コチラ



※バスは7日前迄にお申込みください。

### ダンスコース

未経験でも大丈夫!!リズムにあわせて  
楽しくカラダを動かそう!

《対象者》3才～小学生  
《定員》20名  
《料金》※税込  
・3回/3,300円  
・4回/4,400円  
・5回/5,500円



申込みは  
コチラ



※バスは7日前迄にお申込みください。

## ベビースイミング

赤ちゃんにうれしい《効果・効能》がいっぱい!

- 陸上の4～6倍!短時間で成長に必要な運動量を確保!
- 呼吸機能・体温調節機能が強化!カゼ予防にも効果的!
- 運動神経系バランス能力が発達!
- 水の感触や抵抗、浮力による無重力感で脳が活性化!

■対 象:生後6ヶ月～3歳未満

■実施日:レッスンスケジュールをご参照下さい。

■料 金:無料 (お一人様1回)

《申込期間》8/31(月)迄

申込みは  
コチラ



スキンシップに最適!

### レッスンスケジュール

#### 幼児・学童スイミング

|      |            |                            |
|------|------------|----------------------------|
| Aコース | 土          | 9:50～10:50                 |
| Bコース | 土          | 11:00～12:00                |
| Cコース | 月～金        | 15:50～16:50<br>14:00～15:00 |
| Dコース | 月～金        | 17:10～18:10<br>15:10～16:10 |
| Eコース | 月・水<br>木・金 | 18:20～19:20<br>※火曜日はありません。 |

#### ベビースイミング

|              |             |
|--------------|-------------|
| 金・日          | 10:10～11:10 |
| ※日曜日はカレンダー参照 |             |

#### キッズダンス・ヒップホップ

|           |             |
|-----------|-------------|
| 木         | 18:20～19:20 |
| キッズダンス    |             |
| 金         | 17:10～18:10 |
| キッズヒップダンス |             |

水の特性(水温・水圧・浮力・抵抗)が、カラダを強くする!

#### こんなお子様には 特におススメ!

##### 喘息を持っているお子様

予防改善に最適!

水温や水圧で呼吸器が発達し、成長期に必要な運動量を確保すること  
ができます。また、一度で喘息の予防改善が期待  
できます!



##### 運動が苦手なお子様

水泳は誰でもできる楽しいスポーツ!

自分のペースで楽しみながら泳ぎを身につける  
ことができます。また、一度身につけた泳ぎは一生忘  
れることはありません。



##### スポーツ選手を目指すお子様

どんな競技にも応用できるのが水泳!

水の重さ(抵抗)によって、全身の  
筋肉を効率よく鍛えられます。ス  
ポーツの中で最もケガが少なく、  
左右均等に体を動かすため、どの  
スポーツでも活躍できるバランス  
のとれた身体づくりに最適です。



##### 小児肥満の予防改善にも効果的!

水のチカラ(浮力)でらくらくトレーニング

浮力によって、成長期の関節に  
負担をかけずに運動ができ、故  
障の心配がありません!  
さらに全身運動で消費エネル  
ギーが大きく脂肪燃焼にも効  
果的です!



## 命を守る 水難事故防止はターザンにおまかせ下さい!

普段のレッスンから、水難事故防止の為の指導をしています。

ターザンは水難事故防止"0"を  
目指し 30年間続けて水難事故  
防止活動を行っています。

(社)日本スイミングクラブ協会認定

10年連続優秀スイミングクラブ賞 受賞!



2025年度(夏季)全国の水難概況 ※警察庁生活安全局引用  
死者・行方不明者241人(15人) ※15歳以下の子どもの数



ターザンプールでの指導風景

入会特典

入会金+月会費+登録手数料  
(5,500円) (6,820円) (3,300円)

合計

15,620円が

なんと

7,000円に!

※受講期間中に、ご入会いただいた場合



さらに 指定用品3点セット  
プレゼント!



最大16,000円おトクに!!

●お申込みはQRコード・申込書どちらでもOK! ご不明な点はお気軽にお問合せ下さい。(0982-21-0908)

キリトリ線

|                 |                |        |      |       |              |                 |            |
|-----------------|----------------|--------|------|-------|--------------|-----------------|------------|
| ふりがな            | 性別             | 年齢     | 学年   | 生年月日  | ※西暦でご記入ください。 | お子様の泳力(スイミングのみ) | 潜れない       |
| 氏 名             | 男・女            | 歳      | 年    | 年 月 日 | 年 月 日        |                 | 潜れる(水を怖がる) |
| 住 所             | 〒              |        |      | 電話番号  |              |                 | バタ足が出来る    |
| 希望コース           | コース            | 1回目    | 2回目  | 3回目   | 4回目          |                 | クロール25m泳げる |
| スイミングの経験はありますか? | はい・いいえ・クラブ名( ) |        |      |       |              |                 |            |
| バス利用            | あり・なし          | 希望乗車場所 | (迎え) | (送り)  |              |                 |            |

2026 夏の短期教室 申込書 NO.

月 日 曜

スタッフ  
記入欄

料金

受付

データ  
入力