

入会後に利用できるサービス



基本編

▼ マイページ 全会員 無料

ご入会后、成人・お子様のすべてのお客様にマイページをご登録いただけます。

- ・**会費履歴** 会費など各種のお支払いをご覧いただけます。
- ・**入退館履歴** 入退館時にカードリーダーにかざすことで入退館を管理します。

※ジュニア水泳においては、振替申込やイベント申込履歴、泳力認定の結果をご確認いただけます。

～ジュニアのお子様には～

▼ ほっとメール ジュニア水泳対象 無料

入退館時に会員証をリーダーにかざすことで、ご登録の保護者の方のメールアドレスに入退館のメールを配信いたします。

▼ 振替制度 ジュニア水泳対象 無料

週1回登録の方は月に1回、週2回登録の方は月2回、その月の他の曜日に振り替えて練習することができます。

▼ 無料補習 ジュニア水泳対象 無料

一定期間以上、同一級に“滞級”している場合、窓口で確認の上、追加の曜日で補習を受講いただけます。

応用編

▼ 振替Plus ジュニア水泳対象 有料

その月内で規定回数以上(週1回登録2回目以降、週2回登録3回目以降)振替

▼ 振替Next ジュニア水泳対象 有料

その月内に振り替え練習が出来なかった場合の振替

▼ 追加受講 ジュニア水泳対象 有料

その月の規定練習回数を超えての追加練習

▼ 無駄無 ジュニア水泳週1回対象 無料

週1回登録のお子様の欠席分権利を“保護者の方”がその翌月に利用いただけます。

▼ 無駄無ネクサス お子様会員全対象 有料

ご登録者の保護者の方が、都度利用料を窓口で支払うことでクラブをご利用いただけます。

▼ 譲渡 ジュニア水泳対象 有料

欠席する際の利用権利を第三者(きょうだいや友人)に譲渡することができます。

利用上の注意

※ご不明な点は窓口までお問い合わせください。

- ※曜日ごとの各種レッスンのスケジュールにつきましては、別紙のレッスンスケジュール及びホームページをご覧ください。
- ※プールにお入りいただく際には、お化粧品・アクセサリー類の装着はご遠慮ください。
- ※夏休み・春休みなどの期間中は、ジュニア短期水泳教室の為、一部レッスンスケジュールを休講または変更することがあります。その場合には1ヶ月前より館内掲示及びホームページにてご案内いたします。
- ※年末年始及びその他のクラブ指定日は定休日です。詳しくは、2026年度 アクラブカレンダーをご覧ください。

- ※営業日であっても「ゴールデンウィーク」「お盆」「年末年始」「祝祭日」などは営業時間の短縮や通常レッスンの休止、特別レッスンなどを行うことがあります。その場合は1ヶ月前までに館内掲示板などでご案内いたします。
- ※ご利用毎の利用料金はございません。(有料レッスンを除く)
- ※他店利用…ご利用料金をお支払いいただくことにより、他のアクラブを共通利用できます。プール会員は無料、その他の会員種別/715円(回)
- ※アクラブでは刺青・タトゥーのある方には会員規則にそって、遊泳や施設をご利用いただいております。

SNSでもお得な情報などを配信中!

ぜひ、友だち追加・フォローをお願いします!



※表記金額は全て税込みです。

「プールが一步オーガニックに近づいた。」イギリスatgUVテクノロジー社製の紫外線水処理装置システム

アクラブ堀之内 TEL 042-670-0088 FAX 042-670-0027

〒192-0355 東京都八王子市堀之内3-29-16

お得な情報・内容詳細は
アクラブホームページで

▶ www.aclub.com

アクラブ 検索



アクラブグループ 田中 孝夫【鹿屋体育大学名誉教授】
指導顧問 大熊 悠介【接骨院「クマノス」院長】

プライバシーポリシー…お客様の個人情報に関して、アクラブでは個人情報取扱事業者として取り扱っています。個人情報の収集は、アクラブが提供するサービスをご利用いただくために必要なものに限ります。お名前・生年月日・住所・電話番号・メールアドレスなどの個人情報をお聞かせください。また健康管理・運動処方上必要があれば、追加で個人情報をお聞きする場合があります。収集した情報は以下の範囲内で利用します。
(1)アクラブサービスの向上・充実を図るため (2)アクラブの新しいサービスや商品・会費改定など重要な情報をお知らせするため

アクラブ



プールをバランスボールに変える

アクラブメソッド

アクラブメソッドでは、特殊な水中という環境(固体との接触がない不安定な環境)で、バランス機能を調整し、体幹に効く動作を随所に織り交ぜながらレッスンを展開していきます。バランスを司るのは“伸ばされると縮もうとする”筋肉の**伸張反射**。運動の巧拙の根本は**伸張反射**の調整如何にかかっています。アクラブのレッスンは、水泳技術の習得や改善と併せて**伸張反射**の調整を大きな狙いとしてすすめます。

体験のご案内

ご入会前にレッスンの体験ができます。ご希望日の2営業日前の18:00までにホームページもしくはお電話にてご予約ください(※見学はいつでも可能です)。

体験料 1回

1,100円



お子様のご案内

親子水泳
(ベビー・キッズ)

ジュニア
水泳

ジュニア
スタジオ

レッスンスケジュールは
こちら



会員種別・料金のご案内

※レッスンスケジュールは別紙またはホームページをご覧ください。

使いきりタイプの水着 グーンのスイミングパンツ着用のお願い

アクラブでは標準以上の大容量水質浄化システムを導入していますので、目の痛みや塩素臭が気になりません。尚一層の水質管理を図る上からもオムツが外れていないお子様は使いきりタイプの水着と通常水着との2枚重ね着用をお願いしております。※窓口にて販売しております。

コース	対象/備考	レッスン時間	月会費
ベビーフリー	6ヶ月～3才 / 練習参加回数無制限	30分	9,812円
ベビー月4回	6ヶ月～3才 / 月に4回レッスンに参加 ※利用回数を超えてのご利用や、月をまたいでのご利用はいただけません。 ※家族割引対象外	30分	6,497円
キッズフリー	2才～未就学児 / 練習参加回数無制限	45分	9,812円
キッズ月4回	2才～未就学児 / 月に4回レッスンに参加 ※利用回数を超えてのご利用や、月をまたいでのご利用はいただけません。 ※家族割引対象外	45分	6,497円

【ジュニア】保護者のみなさまへ

ジュニア水泳への入会を検討される際には、レッスンを受けるにあたっての“準備”をお願いします。

- ① プールサイドなど濡れて滑りやすくなっている館内を走らない
- ② ジットとして先生の話聞くことができる

③ 練習中、必要があれば一人でトイレに行くことができる

ジュニア水泳においては、スタッフのトイレへの付き添いを致しません。一人でトイレに行き帰って来られる準備、または保護者の方へプールサイドでの付き添いをお願いしております。

コース	対象/備考	レッスン時間	月会費		セルフ割会費
			平日	週末	
ジュニア水泳 水慣れ・水遊び～初歩的水泳指導習得	3才～中学生 / 週1回 ※バス運行やルートは、曜日・時間帯により異なります。	60分	平日	11,724円	9,936円
			週末	11,969円	
	3才～中学生 / 週2回 ※バス運行やルートは、曜日・時間帯により異なります。	60分	平日+平日	18,481円	14,904円
			平日+週末 週末+週末	18,847円	15,270円
A級選抜	小学3年生～A級以上(回数無制限)	60分	別途		
ジュニアスタジオ キッズダンス	5才～中学生 / 週1回 ※バス運行やルートは、曜日・時間帯により異なります。	60分	11,724円	9,936円	
バレエ					

ジュニア水泳との組み合わせができます(週2回月会費)

※ご希望の曜日や時間帯にバスの運行がない場合には、バスをご利用いただくことはできません。セルフ割会費とは?徒歩や自転車、自家用車などを利用し、自身で通う割引です。

置き去りアラート
導入済



スクールバス運行

※詳しいご案内は、ホームページをご覧ください。



入会手続きに必要なもの

入会金 **0円** ※金融機関によってはお取り扱いが出来ない場合がございます。

- 入会申込書
- 初回月会費光熱費付加料金
- 口座番号 および 届出印 または キャッシュカード
- 指定用品費用

親子水泳(ベビー・キッズ)・ジュニア水泳の指定用品

スイミングへご入会の方には指定用品を購入していただけます。

- ①教材
テキスト
1,750円
 - ②水着
ボックスタイプ 2,440円～2,750円(100cm～LL)
セパレートタイプ 4,580円(100cm～150cm)
ワンピース 4,780円(S～LL)
 - ③帽子
ピンクがグリーン
選べます!
870円
 - ④バッグ
2,630円
- ※親子水泳(ベビー・キッズ)は、教材のみご購入いただけます。
- 合計金額 男子 7,690円～ 女子 9,830円～

- 会費納入制度: 月会費は銀行など金融機関よりの自動振替です。毎月6日に当月分を振り替えさせていただきます(手数料はかかりません)。
- 休会制度があります(1,100円/月)。
- 会費等記載事項は改定することがあります。

成人のご案内

レッスンスケジュールは
こちら



会員登録種別

対象 **15才以上** 入会金 **5,500円**

2026年4月～



適度で正しい運動は、健康に過ごす習慣を私たちに教えてくれます。併せて、水中の心地よい浮遊感、運動後の爽快感や高揚感、水の持つ癒しの力を実感ください。

プール会員	月4回会員	デイトム会員
月会費 11,048円	月会費 8,223円	月会費 9,821円
※スタジオ利用可 ※利用回数を超えてのご利用や、月をまたいでのご利用はいただけません。	※スタジオ利用可 ※利用回数を超えてのご利用や、月をまたいでのご利用はいただけません。	※スタジオ利用可
利用時間 火～金 ▶ 11:00～営業終了 土 ▶ 10:00～営業終了 日 ▶ 12:00～営業終了	利用時間 火～金 ▶ 11:00～営業終了 土 ▶ 10:00～営業終了 日 ▶ 12:00～営業終了	利用時間 火～金 ▶ 11:00～15:00

夫婦登録

※家族割引対象外

一人分の月会費を、ご夫婦でシェア!

プール会員・デイトム会員対象

※ご登録は、ご夫婦に限ります。入会時にそれぞれのお名前をご登録いただきます(なお、夫婦とは、同一姓、同一住所とさせていただきます)。

※ご夫婦での利用回数はプール会員・デイトム会員、月16回です。(特定日は除く)

入会手続きに必要なもの

- ※1 成人は写真添付(3cm×4cm)。
- ※2 金融機関によってはお取り扱いが出来ない場合がございます。

- 健康診断書(コピー可)(65才以上の方)※商品のお持ち帰りには、袋を持参いただくか、窓口にて袋を購入ください。1枚5円)
- 会費納入制度: 月会費は銀行など金融機関よりの自動振替です。毎月6日に当月分を振り替えさせていただきます(手数料はかかりません)。
- 休会制度があります(1,100円/月)。
- 会費等記載事項は改定することがあります。

入会申込書 ※1 + 初回月会費光熱費付加料金 + 口座番号 および 届出印 または キャッシュカード ※2 + 入会金 5,500円

共通のご案内

プライベートレッスン、その他個別レッスンに関してはホームページまたは窓口までお問い合わせください。

月会費の改定

- ①最低賃金連動会費制 → 毎年10月に行われる東京都最低賃金の改正に合わせ、その改定率と同率を月会費の半額に乘じ、同時期から月会費の改定を行います(※1)。
 - ②その他の事由による会費改定 → 様々な経費の変動、最低賃金以外の人件費、サービス向上を事由とする会費改定を行う場合には年度単位(4月)で行います(※2)。
- (※1)登録種別により対象外、若しくは計算方法が異なるケースがあります。
(※2)改定する場合には、1か月以上の予告期間を以て行います。

光熱費付加料金

燃料費や電気料金など光熱費の市場動向に連動し、月会費と併せて金融機関から頂戴します。“光熱費付加料金”は月単位で変更(増減)することがあります。変更の場合には、メールにてご案内を差し上げます。

尚、2026年3月現在の光熱費付加料金は792円です。

割引のご案内

家族割引 **二人目以降の月会費5%OFF(2026年度)**
※同一家族内で複数の方が同時に登録(在籍)される場合、お二人目以降の月会費を5%割引(家族割引)させていただきます。※割引は、月会費の安い方、若しくは同額の登録種別に適用します。※家族割引の対象外とさせていただいている登録種別との複数登録の場合には家族割引の適用外です。家族割引対象外の登録種別については、窓口までお尋ねください。※家族とは「同一姓」且つ「同一住所」の場合に限らせていただきます。※お客様の申し出により家族割引を適用させていただきます。※家族割引の割引率は年度毎に定めます。

月途中入会割引

月の後半より入会 **月会費50%OFF**
○上記、割引制度の併用はできません。