|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目 | 价格/次 | 报名时间 | 开班日期 | 上课时间 | 对象 | 内容 | 优惠 |
| 成人班 | 晚上班 | 1080元/10次 | 除暑期7，8月 全年可报名（五人以上开班） | 每月5-14日，17-26日 固定日期，连续10天一期 | 19:00-20:30（1.5小时/次） | 16周岁以上游泳初学者 | 蛙泳的基本技术 动作的学习 | 　 |
| 个性化教学 | 单次 | 300元/人/次 | 全年可报名 | 提前与教练约定上课时间（自开课之日起30天内完成） | 1小时/次 | 游泳初学者或想提升游泳现有水平者 | 根据学员自身水平制定有针对性的教学计划教学内容 | 　 |
| 1对1 | 2080元/8次 | 有效期内续费享100元优惠/期 |
| 1对2 | 3280元/8次 |
| 1对3及以上 | 按1600元/10次每人收取费用 |
| 周末班 | 基础班 | 1380元/10次 | 全年可报名（7、8月不开班）6人以上开班 | 周六、周日 | 10:00-11:30 1.5小时/次 | 6岁以上每班7-9人 | 蛙泳基本技术的学习与巩固提高 | 有效期内续费享100元优惠/期 |
| 幼儿启蒙班 | 1680元/10次 | 10:45-11:4513:30-14:301小时/次 | 4-6岁零基础每班5人 | 熟悉水性、憋气漂浮、腿部技术动作，依次学习蛙泳完整配合技术，自由泳完整配合技术 | 有效期内续费享100元优惠/期 |
| 4500元/40次 | 首次报名送装备（泳包，泳帽） |
| 加强班 | 1380元/10次 | 16:00-17:301.5小时/次 | 6岁以上已熟练掌握会一种泳姿 | 在提高蛙泳的基础上依次学习自由泳、仰泳等泳姿，具有一定的训练量和强度，达到强身健体的目的。 | 有效期内续费享100元优惠/期 |
| 2600元/20次 | 首次报名送定制泳帽一顶 |
| 3380元/30次 | 首次报名送装备（泳包，泳帽） |
| 长训班 | 长训班A队 | 800元/月 | 全年可报名13岁以下 | 周二、周四、周六、周日 | 周二、周四：16:30-18:00周六、周日:9:00-10:30 | 5岁以上 已熟练掌握一种泳姿 | 根据学员的情况制定专业系统的训练计划，帮助学员改进泳姿，提高游泳技能，学习仰泳、蝶泳、出发转身等游泳专项技术，俱乐部不定期组织学员参加游泳赛事。 | 首次报名送装备（泳包，泳帽） |
| 长训班B队 | 周一、周三、周四、周六 | 周一、周三、周四:16:30-18:00周六:13:30-15:00 |
| 长训班C队 | 周一、周二、周四、周六 | 周一、周二、周四:16:30-18:00周六:9:30-11:00 |
| 长训班D队 | 周三、周五、周六、周日 | 周三:16:30-18:00周五：18:00-19:30周六、周日：15:00-16:30 |
| 长训班E队 | 周三、周五、周六、周日 | 周三、周五、周六：17:30-19:00周日:15:00-16:30 |
| 长训班F队 | 周二、周五、周六、周日 | 周二、周五 17:00-18:30周六、周日 15:00-16:30 |
| 自组小班 | 1380元/10次 | 开班时间以教练员时间为准 | 教练自主招生 | 有效期内续费享100元优惠/期 |
| 2600元/20次 | 首次报名送定制泳帽一顶 |
| 3380元/30次 | 首次报名送装备（泳包，泳帽） |
| 暑期 培 训 班 | 暑期成人班 | 1080元/10次 | 7,8月可报名 | 随报随学 | 10:00-11:30 12:00-13:30 | 16周岁以上 | 蛙泳的基本技术动作的学习 | 　 |
| 7月、8月1、11、21开班连续10天/期 | 19:00-20:30 |
| 暑期小班化 | 1080元/10次 | 7、8月可报名 （7-9人/班） | 7月、8月1、11、21开班连续10天/期 | 8:00-9:3013：00-14:30 （1.5小时/次） | 中、小学生游泳零基础者或已经掌握一定的游泳技术想进一步提高蛙泳技术和自由泳技术的学员 | 针对不同基础的学员，学习蛙泳、自由泳基础动作，提高蛙泳、自由泳技术动作。暑期小班含蛙泳初级班、自由泳初级班、蛙泳提高班等课程供选择。 | 首次报名送定制泳帽一顶。有效期内续费享100元优惠/期 |
| 1180元/10次 | 9:00-10:3010:00-11:3014:00-15:30 15:00-16:3016:00-17:30 （1.5小时/次） |
| 1380元/10次 | 19:00-20:30(1.5小时/次） |
| 暑期幼儿启蒙班 | 1680元/10次（连续10天） | 7、8月可报名（5人/班） | 7月1日开始 | 10:30-11:30 15:00-16:007月1日-8月30日17:30-18:307月1日-8月20日10：00-11:00周二、三、四、六、日  | 4-6岁，零基础，有一定的自理能力。 | 使幼儿在愉快的学习氛围中学习掌握游泳的基本技术，培养幼儿游泳兴趣。 | 首次报名送定制泳帽一顶。有效期内续费享100元优惠/期 |
| 4500元/40次 | 7、8月可报名（5人/班） | 首次报名送游泳装备（泳帽、泳镜、包） |
| 暑期加强班 | 2600元/20次 | 7、8月可报名（已会一种姿） | 7月1日开始每周一至周五 | 14:00-15:3010:00-11:30 16:30-18:0018:30-20:00 | 6-13岁 已掌握一种泳姿 | 根据学员的情况提升蛙泳的游程，学习提升自由泳、仰泳的基本技术动作，达到暑期集中训练的锻炼效果。 | 首次报名送定制泳帽一顶 |
| 3380元/30次 | 首次报名送装备（泳包，泳帽） |