

イベントレッスン

特別成人

7月開催！

水泳教室



お待ちしております！

7月開催の成人向け1時間ワンポイント教室を開催いたします！

今回はチューブを使用したアシスト教室、パドルを使ったクロール教室・平泳ぎ・背泳ぎのワンポイント教室。そして、スピードアップ教室を開催します！ 成人向けの教室ですので、初めての方から経験者まで誰でも 大歓迎です！

日付	時間	教室名	内容
7/13(日)	13:00～14:00	スピードアップ教室 (塩田)	記録を出しやすい速く泳ぐ方法を練習します(へとへとにならない程度に、、、)
7/30(水)	12:00～13:00	背泳ぎワンポイント 教室(村田)	背泳ぎ全般の疑問についてアドバイスをさせていただきます
7/30(水)	13:00～14:00	初めてのパドルを使ったクロール教室(金子)	水をかく手の平に板を装着し、正しい水のかき方を意識付けます
7/31(木)	12:00～13:00	平泳ぎワンポイント 教室(塩田)	平泳ぎ全般の疑問についてアドバイスをさせていただきます
7/31(木)	13:00～14:00	チューブを使った アシスト教室(金子)	チューブの収縮力を利用し、普段よりも速く泳いだり、泳ぎの姿勢のアドバイスをさせていただきます

料金 各990円 定員 各12名 対象 中学生以上の方
申込方法

7/1(火) 10:00 ～ 7/10(木) web先行受付
web受付は右の二次元コードを読み取りお申し込みください
7/11(金) ～ 窓口受付のみにて申し込みを受け付けます

