



2か月間固定 スイムレッスン

これから泳ぎ始めたい方から、長く水泳を続けたい方、本格的な泳法をみにつけたい方まで、個々のレベルに合わせてスイムレッスンを行います



10~11月期、申込受付開始

◆申込方法

・申込期間中に1レッスンのみ、お申込み下さい。

(応募者多数の場合は、厳選なる抽選をいたします。)

・個人に適したコースに申込できるように、指導内容を表記しました。

申込期間: 9月14日(月)~25日(金)



レッスン名	曜日	時間	定員	指導内容	対象	担当
初心者スイム	月	13:00~13:30	10名	呼吸法・浮く姿勢など初心者に合わせて指導します	初心者	スタッフ
初心者スイム	金	14:30~15:00	10名	呼吸法・浮く姿勢など初心者に合わせて指導します	初心者	スタッフ
スイムレッスン クロール&背泳ぎ	水	13:00~14:00	20名	クロールと背泳ぎを中心に指導します	25m泳げる方	森岡千穂
スイムレッスン 4泳法	木	13:00~14:00	20名	4泳法を中心に指導します	4泳法が泳げる方	渡辺恵子
スイムレッスン クロール&平泳ぎ	金	13:00~14:00	20名	クロールと平泳ぎを中心に指導します	25m泳げる方	高松裕子

* 2か月サイクルのレッスンになります。定員に入れなかった方は次回の2か月間は優先させていただきます。