



はじめて水泳教室

※基礎水泳教室の名前が変わりました

顔つけから始め、浮き方、立ち方など基本の基本から行い、
けのび、バタ足までをしっかりといていねいに練習していくレッスンです。

いきなり水泳教室はちょっと…

まったく泳いだことが
ないんですが…



泳げないからプールを
利用するのは…

などと、お悩みであればこの機会にぜひ！
レッスンは少人数でいていねいに行います。
まったく泳げない、水が苦手と思っている方でも
ゆっくり練習していくので、確実にステップアップ間違いなし！

1月～3月スケジュール

会場：1F 温水プール

■ 水曜 14:30～15:00

〈担当〉 寺尾 善白

1 10日、17日、24日、31日 2 7日、14日、21日 3 7日、14日、28日

■ 木曜 13:00～13:30

〈担当〉 金秋 達哉

1 11日、18日、25日 2 8日、15日、22日 3 1日、8日、15日、22日

定員 10名（最少催行人数2名）

料金 7,000円（税込）全10回

— お申込み方法 —

体育施設フロントで直接お申込みください

受付開始 12月15日（金）から先着順

（定員になり次第締め切り）

