泳力向上レッスン

12月

月	火	木	金	土	日
	12:15 入門スイミング	11:30 初級スイミング クロール			
13:15 初級スイミング クロール				14:00 初級スイミング クロール	14:30 初級スイミング クロール
20:10 初級スイミング 平泳ぎ		20:00 中級スイミング 背泳ぎ 《水感》	19:15 初級スイミング バタフライ	◇初心者の方も安心してご参加いただける教室です。 入門スイミング 水慣れからバタ足までを習得するクラスです。 初級スイミング 25m泳げるようになる事を目指すクラスです。 中級スイミング 綺麗なフォームで25m以上泳ぐことを目指すクラスです。	

オリジナル

月
15:00
スキルアップ ”スタート & ターン”
４泳法の ターンのスキルアップを 目指すクラスです。 ４泳法が 泳げる方が対象。