

6月 プール (泳力向上レッスン/オリジナル)

初級スイミング

☆初級スイミング 《初めての方～初級者の方対象》
…各泳法を基礎から習得していくクラスです。

曜日	時間	内容
月曜日	13:10~13:55	バタフライ
月曜日	20:10~20:55	クロール
木曜日	12:00~12:45	平泳ぎ
日曜日	15:00~15:30	クロール

オリジナル

曜日	時間	内容
月曜日	14:50~15:35	スキルアップ 『バタフライ』

中級スイミング

☆中級スイミング 《初級者～中級者の方対象》
…各泳法をきれいなフォームで泳ぐ事を目的としたクラスです。

曜日	時間	内容
木曜日	20:10~20:55	クロール
金曜日	16:10~16:50	クロール

楽しくスイミング

☆楽しくスイミング 《初めての方～初心者の方対象》
…関節に負担なく泳げるようになる事を目指すクラスです。

曜日	時間	内容
火曜日	12:15~12:45	バタフライ

入門スイミング

☆入門スイミング 《初めての方対象》
…水慣れからバタ足までの習得を目指すクラスです。

木曜日	11:15~11:45
-----	-------------

