



10月 水泳教室

担当者	曜日・時間	種目・内容	開講日・定員	受講申込
 鳥田 治子	月曜日	水慣れBODYコントロール	10月 4・11・18・25日	【料金:3,000円/全4回】 * 当日空きがあれば、1回受講可能です。 【1回受講 1,100円】 9月27日(月)～フロントにて 受講料を添えてお申込下さい。
	12:00～13:00	体を思い通りに動かせるようにするために陸上と水中とで様々な動きを練習します。深く・沈む・水を押す・蹴るなどの感覚がわかりにくい方、ぜひ一緒にやってみましょう。	定員:10名	

10月 水泳教室

担当者	曜日・時間	種目・内容	開講日・定員	受講申込
 羽谷 克巳	木曜日	クロール中級	10月 7・14・21・28日	【料金:3,000円/全4回】 * 当日空きがあれば、1回受講可能です。 【1回受講 1,100円】 9月30日(木)～フロントにて 受講料を添えてお申込下さい。
	14:15～15:15	クロールの中級クラスとなります。基礎をしっかり学び、正しいクロールをマスターしましょう！お気軽にご参加ください！！	定員:10名	

10月 ワンコインレッスン

* 料金は、全て税込価格となっております。



担当者	曜日・時間	種目・開講日	内容	料金・定員
 保智 理恵	火曜日	四種目700m～800m	各泳法で25m泳げる方が対象のクラスです。4泳法の泳力向上を目指しましょう！！	500円
	15:45～16:30	5・12・19・26日 休講日:		当日フロント申込み 定員:10名
 吉田 麻衣子	金曜日	水中機能改善	水中で、ウォーキングやストレッチを行い、機能改善を目指すクラスです。腰痛や肩コリにお悩みの方におススメです！！	500円
	11:00～11:45	1・8・15・22・29日 休講日:		当日フロント申込み 定員:15名
 羽谷 克巳	木曜日	平泳ぎ初中級《ﾌﾙ》	平泳ぎの手の動きを基礎から学び、正しい平泳ぎの「かき」をマスターしましょう！！	500円
	15:30～16:15	7・14・21・28日 休講日:		当日フロント申込み 定員:10名