

泳力向上レッスン

オリジナル

8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 背泳ぎ				
	14:00 初級スイミング バタフライ				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 背泳ぎ		20:00 中級スイミング 背泳ぎ	19:15 初級スイミング クロール	 初心者の方で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。泳げるようになる事を目指すクラスです。		

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。

9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 背泳ぎ				
	14:00 初級スイミング バタフライ				14:00 初級スイミング 背泳ぎ	14:30 初級スイミング クロール	
	20:10 初級スイミング 背泳ぎ		20:00 中級スイミング 平泳ぎ	19:15 初級スイミング クロール	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。		

月
15:00
スキルアップ ”クイックターン”
クイックターンができるようになることを目指すクラスです。 クロールが25m以上泳げる方が対象。