

泳力向上レッスン

オリジナル

3月	月	火	木	金	土	日	月
		12:15 入門スイミング	11:30 初級スイミング クロール				15:00 スキルアップ ”クロール”
	13:15 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 背泳ぎ	クロールの スキルアップを 目指すクラスです。 クロールが25m 泳げる方が対象。
	20:10 初級スイミング バタフライ		20:00 中級スイミング バタフライ (タイミング)	19:15 初級スイミング クロール	初級スイミング 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。		