



日曜日サービスプログラム



会員 300 円・会員外 500 円（フリー・ファミリータイム入場料）でサービスプログラムへ参加できます

ファミリータイム 10:00~15:00 フリータイム 10:00~17:00

お得な回数券あります！ 12枚綴りで会員用 3000 円・同伴家族用 5000 円です。
通常利用より 2 回分お得！

皆さん、たくさん遊びに来て下さいね

8月2日 佐藤先生 (10:10~11:00)

— クロールの息継ぎ —

対象…学童 4・5 級

備考…ヘルパーがあってもなくてもカッコよく息継ぎできるように練習しよう！

8月9日

施設補修工事のため

お休みとなります

8月16日 近藤先生 (10:10~11:00)

— 背面キック —

対象…2 級【定員 10 名 申込開始 8 月 1 日(土)11:00~】

備考…3 級に行って背泳ぎで手を回せるように、今、しっかりとキックを頑張ろうね。

8月23日 藤野先生 (10:10~11:00)

— 背泳ぎ —

対象…学童・ジュニアコース 8 級以上

備考…8 級以上になるとなかなか背泳ぎ、やらなくなってきましたね。

14 級以上では制限タイムがかかってきます。上手にそして速く泳げるように練習しようね。