



日曜日サービスプログラム



会員 300 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

9 月 5 日 木浦先生（10：10～11：00）

－ バタフライ －

対象…学童・ジュニア 7 級以上（予約はいりません）

備考…手をまわす練習をたくさんします。

キレイに泳げるようにコツをつかみましょう！！

9 月 12 日 木元先生（10：10～11：00）

－ ひとあし先に！ －

対象…学童コース 2 級（定員 10 名 要予約 9 月 1 日～）

備考…オレンジ帽子になる前に、ひとあし先にビート版から離れて泳いでみよう！顔をつけたまま

1 人で泳げるようになると、出来る事がすごく広がるよ！クロールまでチャレンジ出来るかな？

9 月 19 日 佐藤先生（10：10～11：00）

－ 背泳ぎ －

対象…学童コース 3 級 4 級（定員 14 名 要予約 9 月 1 日～）

備考…背面キックからゆっくりじっくり背泳ぎを練習します。テスト前にしっかり泳げるように練習しよう！

9 月 26 日 金子先生（10：10～11：00）

－ クロール特訓 －

対象…学童・ジュニアコース 5 級 6 級（予約はいりません）

備考…クロールの息継ぎって難しいよね。でも出来るようになると長い距離が泳げるよ！

カッコいいクロールが泳げるように一緒に練習しよう！



日曜日サービスプログラム



会員 300 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

10月3日 近藤先生 (10:10~11:00)

— 背浮き —

対象…1級 (定員 8名 要予約 9月24日~)

備考…上向きだとまだ怖い。浮けるけど起き上がれない立てない。

一人でできるようにいっぱい練習しようね！

10月10日 藤野先生 (10:10~11:00)

— クロールたくさん！ —

対象…学童・ジュニアコース 5~10級 (予約はいりません)

備考…クロールの練習をたくさんしますよ！黄色帽子さんはテストの練習にもなります。

7級~10級は普段の練習だとクロールなかなか無いので、復習の意味でも練習参加しよう！

10月17日 木浦先生 (10:10~11:00)

— ひたすらキック！！ —

対象…学童・ジュニア 8級以上 (予約はいりません)

備考…平泳ぎのキックをひたすら練習します。

キックでたくさん進めるようになりましょう！！

10月24日 木元先生 (10:10~11:00)

— とことん背泳ぎ —

対象…学童コース 3・4級 (予約はいりません)

備考…たくさん泳いで背泳ぎを身につけよう。4級さんはヘルパーを外して5級さんと同じ

かたちで練習をするよ！この機会に上手になろう！