



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！