

# 日曜サービスプログラム 11月編

通常授業で欠席した振替として利用できます

**10月29日 0時よりインターネットにて予約受付開始!**

**\*ファミリータイム利用の際は必ず会員証を持参してください**

11月5日 佐藤先生(10:10~11:00)「でんぐり返り」

対象:学童・ジュニア 5~7級(定員:20名)

備考:クイックターンを上手にできるようにするために、まずはでんぐり返りを  
スムーズに回る特訓をしましょう!

11月12日 中沢先生(10:10~11:00)『大爆飛神』

対象:13~級(定員:15名)

備考:飛び込みの神(自称)によるスタート局面の改善を目的とする。覚悟すべし

11月19日 木元先生(10:10~11:00)『丁寧にバタフライ』

対象:学童 8・9級(定員:16名)

備考:落ち着いてタイミングをとって進んでいく泳ぎをしましょう!

11月26日 木浦先生(10:10~11:00)『上向きで浮かぼう!』

対象:学童2級(定員:10名)

備考:リラックスして上向きで浮かぼう!

優しく大きくキックをして進めるようになろう!!