

日曜日サービスプログラム

13日

木浦先生

対象：3.4級 定員：10名

クロール

クロールの練習をします！
キレイに手回しをできるよう
になりましょう！



4月1日よりインターネットにて予約開始！！

通常授業を欠席した振替としてご利用できます



練習時間は10:10～11:00

20日

朝倉先生

対象：8級以上 定員：12名

平泳ぎキックの特訓

平泳ぎキック中心の練習会。8級は足の動かし方や形を覚えよう。9級以上は一蹴りでしっかり進むキック力を上げよう！！



27日

佐藤由先生

対象：5級以上 定員：なし

でんぐり返り

クイックターンを習得するためにはでんぐり返りがとても大切です。しっかり回れるように頑張ろう！



※ファミリータイム利用の際は必ず会員証を持参ください