

大人の朝スイム 体験会



09:30~10:50 (水・木・金)

隔週で**3**種の教室開催!

フィジカルスイム

5m泳げる方

泳ぐと腰が痛い
などのお悩みありませんか?
プールサイドで
ストレッチ&トレーニング
泳ぎやすい体づくりをしましょう

上級スイムコース

4泳法泳げる方

4泳法の泳法練習だけでなく
フォームを改善し
タイムアップ・距離アップ
を目指しましょう

マルチスイムコース

25m泳げる方

長く泳げるように
姿勢などの基礎練習!
ゆくゆくはトライアスロンや
オープンウォータに挑戦!

体験1回につき **¥1,000**

※何度でも体験いただけます!!

6月

月	火	水	木	金	土	日
10	11	12 フィジカル	13 上級	14 マルチスイム	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26 マルチスイム	27 フィジカル	28 上級	29	30

予約受付中♪
お申込みは『受付』まで
当日申込も可能です。

7月

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10 上級	11 マルチスイム	12 フィジカル	13	14

皆様のご参加
お待ちしております♪

※今後教室開催のためアンケートのご協力をお願いします。