

春特別水泳教室

ただ今好評受付中！ 2/16(日)時点

春特別水泳教室【大人】

※各クラス、必要泳力をご確認の上お申し込みください。



※P005～P008の飛び込み動作の練習時及びP008は水深2.5mで行います。

◇一般男女(中学生以上)

番号	コース	日程	時間	参加料	必要泳力	残り	内容
P001	バタフライ 【入門】	3/25(火) ～3/28(金)	9:50～ 10:50	¥8,800	クロール・背泳ぎが50m以上かつ 平泳ぎが25m以上泳げる	6名	うねりの動作から段階的に練習を重ね、 バタフライの習得を目指します。
P002	個人メドレー 【入門】			¥8,800	4種目25m以上泳げる	4名	4種目の基本動作練習を行い、 100m個人メドレーを目指します。
P003	スタート＆ターン 【入門クラス】	3/25(火) 3/26(水)	11:00～ 12:00	¥4,400	4種目25m	2名	飛び込み動作の習得とタッチターンをメインに ターン動作の習得を目指します。
P004	スタート＆ターン 【ステップアップ】			¥4,400	4種目50m	満員御礼	飛び込み動作の習得と回転系のターンを メインに技術向上を目指します。
P005	スタート＆ターン 【入門クラス】	3/27(木) 3/28(金)		¥4,400	4種目25m	7名	飛び込み動作の習得とタッチターンをメインに ターン動作の習得を目指します。
P006	スタート＆ターン 【ステップアップ】			¥4,400	4種目50m	満員御礼	飛び込み動作の習得と回転系のターンを メインに技術向上を目指します。
P007	クロール＆バタフライ 【ステップアップ】	3/25(火) ～3/28(金)	13:00～ 14:00	¥8,800	クロール・背泳ぎが50m以上かつ バタフライが25m泳げる	満員御礼	キック、ブル、コンビネーションのフォーム矯正を行い、 泳力向上を目指します。
P008	個人メドレー 【ステップアップ】			¥8,800	クロール50m以上 かつ 4種目25m以上泳げる	1名	4種目の泳力向上の練習を行い、 200m個人メドレーを目指します。



春特別水泳教室【こども】

※4日間コースは最終日に認定を行い修了証とワッペンをお渡しします。

●4日間コース

【1ブロック6名前後での練習】

番号	コース	3月	時間	参加料	対象	残り	内容
P021	幼児クラス	3/25(火)～3/28(金)	14:35～15:20	¥8,800	4歳～新1年生(初めて参加～16級)	5名	遊びをメインに水に慣れることを目指します。
P022	小学生クラス①		15:30～16:20	¥8,800	新2年生～新6年生(初めて参加～14級)	5名	バタ足～呼吸付きクロールの習得を目指します。
P023	小学生クラス②		16:30～17:20	¥8,800	新2年生～新6年生(13級～8級)	3名	クロール・背泳ぎの練習をします。 ※お持ちの級でブロックを分けます。
P024	ステップアップ小学生		17:30～18:20	¥8,800	小学生(7級～5級)	9名	平泳ぎ・バタフライの練習をします。 ※お持ちの級でブロックを分けます。

詳細は施設までお問合せください。 ☎045-592-0453