

【申込受付中】

1Day 特別水泳教室

みんなおいでよ!横浜国際プール

1Day特別水泳教室【大人】 ※7/6(日)9:30 現在



番号	コース	日程	時間	参加料	申込状況	内容
P701	OWS練習会 【初級】	7/19(土)	15:30~ 17:00	¥3,300	残り 2 名	海での泳ぎ方を体験し海で泳ぐために必要な基礎技術を練習 (浮身・ヘルプサイン・ヘッドアップスイム)
P702	個人メドレー特訓		15:30~ 17:00		満員御礼	4種目の泳力向上、泳ぎのテクニック練習を行い、200m個人メドレーを目指します。
P703	OWS練習会 【中級】		17:30~ 19:30		残り 1 名	海での泳ぎ方の基礎技術の向上、模擬レースを体験 (浮身・ヘッドアップスイム・コーナー周り)
P704	競泳マスターズ練習会		17:30~ 19:30		残り 2 名	泳ぎに必要な体力、筋力向上、スピードアップを目指します。 ※フィン持参

【申込みについて】

- お申し込みは電話受付で先着順となります。※6月30日からは来館受付でも可能です。
- 必要泳力をよくご確認の上、お申込ください。
- ご入金は申込日から1週間以内にお支払いください。
- 現金のみの取り扱いです。
- お客様都合でのキャンセルは受けておりません。(返金不可)
- 入金受付時間は、20:30までとなります。

【当日の持ち物】

- 水着 ※OWS練習会はウエットスーツ可(海と併用のものは不可)
- キャップ・ゴーグル ※ゴーグルは鼻が出ているものに限る
- タオル
- 飲み物(蓋つきの物)
- フィン(競泳マスターズ練習会のみ)



※当日はメインプール1コース付近にお越しください。
※準備体操は各自で行ってからご参加ください。

詳細は施設までお問合せください。☎045-592-0453

Y O K O H A M A
INTERNATIONAL SWIMMING POOL
横浜国際プール