

3か月で全10回のスイミングスクール

朝の水泳教室

略して
「あさすい」

内容

どの泳ぎにも共通する泳ぐ為の基本の練習と全10回の中で4種目を満遍なく練習します
自分に合うフォームや癖の修正など、個別にアドバイスします

「あさすい」のススメ！

動画撮影 で、**フォームを確認！！**

(プライバシー保護の為、撮影の承諾を頂いた上で、指導者が撮影いたします)

50分レッスン・参加メンバー固定！

ポイントを押さえて4種目を練習することで泳ぐための身体の使い方を習得できます！

火曜日 9:15~10:05

場所：別館プール

定員：10名

参加費：16500円税込

受付：本館フロント

担当インストラクター

小堀 香織

実施日

1/ 9.16.23.30

2/ 6.13.20.27

3/ 5.12

予備日 3/19.26

※お申し込み時に参加費のお支払いをお願いします

※お支払い後の返金はいたしかねます
ご了承ください