

R8年

3月ワンポイントレッスン

その日のテーマについて、指導員がアドバイスします。
お好みのテーマを選んでご参加ください。

受付 当日9時25分より、入場ゲート横受付にて
参加申込書に必要事項を記入してください。
参加費 100円券（事務所窓口にて販売）＋入場券
参加資格 16歳以上

【水曜日】

9:50~10:20

| 日程 | テーマ | 定員 |
|-------|------|-----|
| 3月4日 | キック | 20名 |
| 3月11日 | 板キック | 20名 |
| 3月18日 | プル練習 | 20名 |
| 3月25日 | スイム | 20名 |

平泳ぎ集中

【金曜日】

10:30~11:00

| 日程 | テーマ | 定員 |
|-------|--------------|-----|
| 3月6日 | クロール呼吸のタイミング | 15名 |
| 3月13日 | ドル平 | 15名 |
| 3月27日 | クロールキック | 15名 |
| | | |

LCA国際小学校北の丘センター
042-773-5570