

4・5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致します。
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下さい。
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】 梅田 9:50~10:20

日程	テーマ	定員
4月1日	浮き身	20名
4月8日	片手背泳ぎ	20名
4月15日	スカーリング	20名
4月22日	平泳ぎキック	20名
5月13日	背泳ぎキック	20名

【金曜日】 中村 10:30~11:00

日程	テーマ	定員
4月3日	背浮き	15名
4月10日	イルカジャンプ	15名
4月17日	クロール・サイドキック	15名
4月24日	バタフライキック	15名
5月1日	片手バタフライ	15名
5月8日	平泳ぎ・腕の動かし方	15名

さがみはら北の丘センター
042-773-5570