

R8年

1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
1月7日	バタフライ集中	イルカジャンプ・うねり	20名
1月14日		フィンキック	20名
1月21日		スカーリングキック	20名
1月28日		フィンキック（呼吸）	20名

【金曜日】 10：30～11：00

日程	テーマ	定員
1月9日	平泳ぎ 板キック	15名
1月16日	平泳ぎ キック	15名
1月23日	背浮き 背面キック	15名
1月30日	スカーリング	15名

LCA国際小学校北の丘センター
042-773-5570