

# 9月ワンポイントレッスン

週替わりでテーマが変わります！  
そのテーマについて、指導員がアドバイス致します。  
定員はわずか15名！  
是非、ご参加ください！！



| 日程    | テーマ         | 定員  |
|-------|-------------|-----|
| 9月1日  | 浮き身・蹴伸び     | 15名 |
| 9月8日  | クロールキックと呼吸  | 15名 |
| 9月15日 | イルカジャンプ・うねり | 15名 |
| 9月22日 | クイックターン     | 15名 |
| 9月29日 | 平泳ぎの脚       | 15名 |

時間 10時30分から11時00分

受付 当日9時25分より、入場受付にて  
参加申込書に必要事項を記入して下さい。

参加料 100円(100円券)

参加資格 16歳以上



受付時の検温・消毒など、感染予防対策にご協力ください。

LCA国際小学校北の丘センター

042-773-5570