3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
3月1日	平泳ぎ　キックトレーニング	15名
3月8日	ドルフィンキック	15名
3月15日	平泳ぎ　プルトレーニング	15名
3月22日	クロール　キックと呼吸	15名
3月29日	背泳ぎ　ローリング	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

LCA国際小学校北の丘センター
０４２-７７３-５５７０