

11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
11月6日	スカーリングキック	20名
11月13日	板キック	20名
11月20日	キックトレーニング	20名
11月27日	手と腕の動かし方	20名

バタフライ集中

【金曜日】 10:30～11:00

日程	テーマ	定員
11月1日	ドルフィンキック	15名
11月8日	平泳ぎの脚	15名
11月15日	平泳ぎの足	15名
11月22日	バタフライキック	15名
11月29日	バタフライの手	15名

LCA国際小学校北の丘センター
042-773-5570