

10月10日(月) 体育の日

プール～スペシャルプログラム～

😊 親子水泳 12:00～12:50

参加定員 10組20名(先着順)

参加資格 小学校3年生～5年生

10m以上泳げるお子様



内 容 クロール + 平泳ぎ
クロールの水泳指導と補助法など
親子でふれあう水泳教室です。

😊 スキルアップスイム 14:00～14:50

参加定員 15名(先着順)

参加資格 16歳以上 25m以上泳げる

内 容 クロールと平泳ぎを行います。フォームだけでなく呼吸法や力みを軽減するコツなど、普段の水泳にプラスとなる教室です。

申し込み方法	事前申し込みが必要です 1階受付またはお電話にてお申込み下さい
申込期間	9月16日(金)～10月9日(日)
参加費	各自券売機で当日券をご購入下さい



※持ち物等詳細はお申し込み時に別紙お配りいたします。

