



マリンスパあたみ大人水泳教室

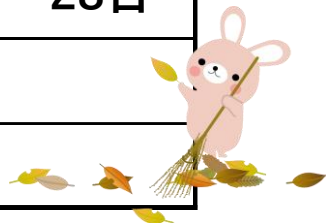


～2022年度 第3期～

参加費：¥12,000（全10回）定員：各10名

コーチ：^{いしい}石井

曜日	時間	コーチ	内容	開催日	
月	14:00～14:55	石井	初心者コース	10月	3日・17日・24日・31日
	15:00～15:55		中級・上級コース	11月	7日・21日・28日
水	14:00～14:55	石井	初心者コース	12月	5日・12日・19日
	15:00～15:55		中級・上級コース	10月	5日・12日・19日・26日
金	14:00～14:55	石井	初心者コース	11月	2日・9日・30日
	15:00～15:55		中級・上級コース	12月	7日・14日・21日
	14:00～14:55	石井	初心者コース	10月	7日・14日・21日・28日
	15:00～15:55		中級・上級コース	11月	4日・11日・25日
				12月	2日・9日・16日



《 初心者コース 》 潜る・浮くことから主にクロール・背泳ぎの習得を目指します。
 《 中級・上級コース 》 クロール・背泳ぎから平泳ぎ・バタフライの各種泳法を学びます。
 ※水泳教室参加費に入館料が含まれています。（大浴場・トレーニングルーム・健康温浴室）