

マリンスパあたみ大人水泳教室

～2024年度 第1期～

参加費：¥12,000（全10回） 定員：各10名

曜日	時間・コース	コーチ	開催日									
月	14:00～14:55 初級コース	湯山	4月			5月			6月			
	15:00～15:55 中級コース	森本	1	8	15	22	13	20	27	3	10	24
	15:00～15:55 上級コース	湯山										
水	14:00～14:55 初級コース	鈴木	4月			5月			6月			
	15:00～15:55 中級コース	大野	3	10	17	24	15	22	29	5	12	26
	15:00～15:55 上級コース	鈴木										
金	14:00～14:55 初級コース	鈴木	4月			5月			6月			
	15:00～15:55 中級コース	佐藤	5	12	19	26	10	24	31	7	14	21
	15:00～15:55 上級コース	鈴木										

《初級コース》 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。

《上級コース》 4種目の泳ぎこみ・泳法テクニックを中心に800m～1,000m泳ぎます。

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）