


マリンスパあたみ大人水泳教室

～2023年度 第2期～

参加費 : ¥6,000 (全5回)

定員 : 各10名 

コーチ : 鈴木・湯山・曾我部

月曜日初級コース : ¥3,600 (全3回)

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	7月		9月		
	15:00～15:55 中級コース	曾我部	3	10	4	11	25
	15:00～15:55 上級コース	湯山					
水	14:00～14:55 初級コース	鈴木	7月		9月		
	15:00～15:55 中級コース	曾我部	5	12	6	13	20
	15:00～15:55 上級コース	鈴木					
金	14:00～14:55 初級コース	鈴木	7月		9月		
	15:00～15:55 中級コース	曾我部	7	14	8	15	22
	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。

※月曜日の初心者コースは、9月の全3回のみとなります。(7月はお休みとなります)

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)

