スイムスクール

体験情報

日程：4月1日(月)～4月26日(木)

体験料：500円(税込)

※4/29(月・祝)・4/30(火)はスクール休講日のため、体験できません。

★★レベルによって初級・中級・上級に分かれてレッスンを行ないます★★

【持ち物】
水着・キャップ・ゴーグル・タオル

スイミングスクールの特徴

☆泳ぐことで、健やかに☆

水泳技術の習得、体力の向上・健康増進に

初心者の水慣れ練習に始まり、上級者は4泳法の技術向上を目指します。 泳ぐことにより、筋力や心肺機能の維持、向上を図り、水泳技術の向上のみならず、体力の向上、健康増進を目指します。又、毎週同じメンバーで練習を行いますのでコミュニケーションの場としても有効です。