



# 成人スイミングスクール

## 開講表

2024年4月現在

火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
初中級 11:45-12:45	初中級 11:00-12:00		膝腰 10:00-11:00	
	中上級 12:00-13:00			初中級 11:15-12:15
			初中級 12:00-13:00	
			中上級 13:00-14:00	
初中級・中上級 19:30-20:30		初中級・中上級 20:00-21:00		
中上級 20:30-21:30				

## クラス概要

- 初心者** ・水に慣れる ・初歩クロールの習得  
・正しい姿勢、キックの習得
- 初級** ・クロール、背泳ぎの習得  
・平泳ぎのキックの習得
- 中級** ・クロール、背泳ぎの泳力向上  
・初歩バタフライの習得 ・平泳ぎの習得
- 上級** ・4泳法の更なるレベルアップ ・各種ターン練習

月会費 7,150円/週1回

ルネサンス  
会員の方は

重複受講  
割引で

**2,200円割引!!**

さらに、重複入会特典

入会金0円 + 事務手数料0円

