



# 水泳教室のご案内



曜日				
木	13:00~14:00	アーティスティックスイミング（基礎クラス）	片山	基本から始めて、リズム泳ぎまでを行います。水中で、演技を楽しみましょう。
	14:00~16:00	アーティスティックスイミング		基礎を発展させ、リズム泳ぎから音楽に合わせて、ルーティーンを作っていくクラスです。より良い演技を目指しましょう。
土	19:00~20:00	フリースタイル	古田	色々なメニューを参加される皆様と一緒に考えたり、スタートの練習や泳ぎの基本から4泳法まで！子供さんから大人の方（老若男女）幅広くすべての方が参加できる超参加型教室！
日	17:00~18:00	スタートターン&スイムセンス	北村・吉武	飛び込み・ターンを主に実施しています。それと別にスタート・ターンにつながる基礎も実施しています。
	18:00~20:00	ジュニア競泳（選手向き）	北村・吉武	選手育成クラスです。現状よりも記録アップを目的とした、練習を行っていきます。

※当プールの水深は2m~2.3mです。このため、ご利用は100m以上の泳力を有する方とさせていただきます。

※小学生は当館が発行する泳力証明書が必要です。そのため、100m以上の泳力の確認をさせていただきます。

※専用利用がある場合、日曜日の教室は開始時間が異なる場合がありますのでスケジュールをご確認ください。

（ジュニア競泳では、プルブイ・パドル・フィンを使うメニューを行うことがあります。持っておられる方は、持参しても構いません。）

個人レッスンも受け付けてます。 【個人レッスン料金】 大人30分毎：2100円 小人30分毎：1100円

※個人レッスンの当日の受付はしておりませんので予約は必ずレッスンを希望される前日までにご連絡下さい。

《問い合わせ》 スポーツ設備興業株式会社 〒730-0011 広島県広島市中区基町4番1号 082-555-0228