



# 春の2daysレッスン



対象	時間	クラス	定員	泳力目安/当施設泳力認定級
小学生	9:30~10:25	クロール	8名	息継ぎなしのクロールができる / 10~8級
		背泳ぎ		クロール25mが泳げる / 8~6級
		平泳ぎ		クロールまたは背泳ぎが25m以上泳げる / 6~4級
		バタフライ		クロール・平泳ぎが25m以上泳げる / 4~2級
	10:30~11:25	水慣れ・けのび	8名	初めて~もぐりができる / 新規~13級
		バタ足		けのび5mができる / 13~12級
		クロール導入		面かぶりキック5mができる / 12~11級
		クロール・背泳ぎ		呼吸なしクロールができる / 10~7級
幼児	14:30~15:25	水慣れ	5名	初めて~顔付けができる / 新規~15B級
		けのび	8名	5秒以上もぐれる / 14~13A級
		バタ足		けのび5mができる / 13B~12級
		クロール		面かぶりキック5mができる / 12~10級
小中学生	17:00~17:55	テクニカル	10名	4泳法が泳げる / 2級以上 ☆個人メドレー・ターン・飛び込み(プールサイドから)・タイム計測など

日程: 2022年3月30・31日(水・木)の2日間

場所: 地下2階 温水プール

参加費: 会員 1,000円 一般 1,500円

持ち物: 水着・水泳帽・ゴーグル・タオル

諸注意 ・代理申込はご家族分のみ可とします。

- ・お一人様一教室までのお申し込みをお願いいたします。
- ・全クラス泳力認定は行いませんのでご了承ください。
- ・その他ご不明な点はお気軽にお問合せください。



~申込開始~  
**2022年3月15日(火)**  
**14:00~**  
**1階受付にて先着順!**

鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ

