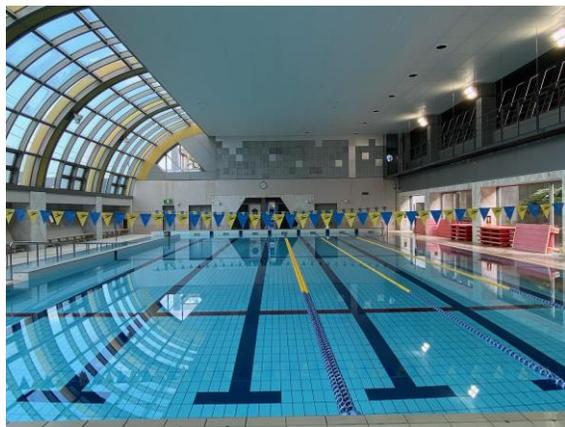


上井草スポーツセンター夏季特別教室 1回制成人水泳教室開催！



参加費：1回1,200円(税込み)

① テクニカルスイムレッスン

【開催日時】

7月24日・31日・8月7日 **木**

13:00～13:55

【内容】

7月24日バタフライ、7月31日平泳ぎ
8月7日ターン練習（タッチターン・
クイックターン練習）の日程で
技術力向上レッスンを行います。

② 泳法別特訓レッスン

【開催日時】

7月25日・8月1日・8日 **金**

13:00～13:55

【内容】

7月25日平泳ぎ、8月1日背泳ぎ
8月8日バタフライの日程で動作
習得へ向けた特訓レッスンを行
います。

対象 高校生相当以上の方 定員 各回10名

申込方法 7月6日(日) 13:00よりオンラインにて
申込み開始(先着順・キャンセル待ち有り)

※注意事項

参加にはオンラインでの事前申込みが必要です。

1回制教室の為、各日ごとの申し込みが必要となります。

参加費は当日受付にて納入いただきます。

レッスン前後に自由遊泳を行う場合には別途入場料が必要です。(1時間250円)

◇お問い合わせ◇

TAC杉並区上井草スポーツセンター TEL 03-3390-5707

オンライン申込は
こちらから

