



水泳が上達したい方必見！

水泳のための体操教室

【教室内容】 *水には入りません

水泳に必要な肩・足首の体操、きれいなフォームのための
ちょっとした体幹筋トレを行います！

日程：6月14日（金）

時間：13：30～14：30

場所：会議室

参加費：500円

定員：15名

対象：高校生以上

持ち物：フェイスタオル

ご参加お待ちしております！



講師：天野 円

申込み方法：窓口・電話 *先着順

申込み開始：6月1日（土）13：00～