

大人向け

# スイミング教室

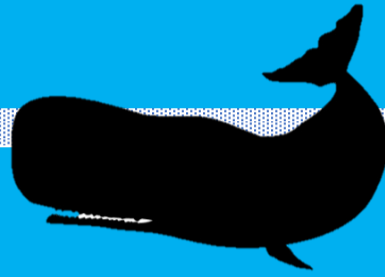
自分のSTYLEに合わせて3種類のプログラムから選択することが可能です。

また徐々にステップアップし、泳ぎ方をマスターするのもオススメです♪

最初からプライベートレッスンでもOK♪  
泳げる方も今より上達したい!と思ったらぜひご参加ください♪



## step3



### プライベートレッスン

コーチと1対1のマンツーマンレッスン!

¥4,200 ※3名まで入水可能



60分

個人のレベルに応じてマンツーマンレッスン。  
専門コーチによるきめ細やかなレッスンで  
上達スピードもアップ!

興味がある方はお近くのスタッフまでお声掛けください!



## step1



### ウォーキング水なれ

毎週水曜: 10:30~11:15

毎週金曜: 19:00~19:45

¥500 定員8名



45分

これから水中運動を始めたい方や水中運動の基礎を学びたい方にオススメです。

## step2



### スイム初心者

毎週水曜: 11:15~12:00

¥500 定員8名



45分

呼吸法から泳ぎの基礎を学びたい方にオススメです。