

教室名		対 象	日 程	時 間	内 容	費 用	
成人	火曜	成人水中運動+αクラス 講師：伊藤	区内在住・在勤の18歳以上 ※プール・水泳の初心者	9月6日～11月8日 (9月20日除く) 毎週火曜日	11:00～12:00	水中運動を中心とし、 基礎泳法の習得	9回 9,000円
		成人クロール初心者クラス 講師：伊藤			12:00～13:00	基礎泳法を習得し、腕を 交互に動かすことを目指す	
	木曜	成人平泳ぎ初心者クラス 講師：浜島	区内在住・在勤の18歳以上 ※クロール・背泳ぎを12.5m泳げる 平泳ぎ初心者	9月8日～11月10日 (11月3日除く) 毎週木曜日	12:00～13:00	平泳ぎのキックを習得 クロールと背泳ぎの泳力アップ	
	金曜	成人クロール中級クラス 講師：浜島	区内在住・在勤の18歳以上 ※腕を交互に回すことができる クロールの呼吸が苦手	9月9日～11月11日 (9月23日除く) 毎週金曜日	12:00～13:00	クロールの呼吸動作を中心に 12.5m以上を目指す	
小学生	火曜	小学生平泳ぎ初心者クラス 講師：内村	区内在住・在学の小学3～6年生 ※クロール・背泳ぎを12.5m泳げる 平泳ぎ初心者	9月6日～11月8日 (9月20日除く) 毎週火曜日	17:10～18:10	平泳ぎのキックを習得 クロールと背泳ぎの泳力アップ	9回 9,000円
	木曜	小・中学生バタフライクラス 講師：伊藤	区内在住・在学の小学3～ 中学1年生 ※クロール・背泳ぎ・平泳ぎ25m泳げる方	9月8日～11月10日 (11月3日除く) 毎週木曜日	17:55～18:55	バタフライの練習を中心に残り 3種目の泳力アップを目指す	