

# 2016年度3月 短期水泳教室

## レベルUPクロール



担当インストラクター: 拓哉IR



●期間● 3月16日(水)23日(水)30日(水)  
(全3回コース)

16日: パドルを用いてストローク強化  
(ご自身のパドルお持ちの方はご持参下さい)

23日: キック強化

30日: スピード強化

●時間● 19:30~20:00 (30分)

●定員● 8名 (定員到達時キャンセル待ちになります)

●料金● 1回のみ参加 ¥756  
全3回コース ¥1,620

●目的●

クロールのスピードUPを目的とした  
プログラムです

