

7月

フリースクール週替わり♪ お楽しみレッスン



毎週土曜日

19:00~20:00

日にち	教室名		担当
6日	飛び込みとターンでスピードアップ 飛び込み&ターン	プール	菅井
13日	夏バテに負けない！ リフレッシュヨガ	多目的室	坂井
20日	効率的なフォームの習得 走り方教室	多目的室	衣原
27日	この夏にレベルアップ！ マスタース	プール	石山



注目!

20日は衣原コーチのデビューレッスンです！
陸上経験者の衣原コーチが開催する走り方教室！
沢山のご参加おまちしております(^^)