

☆5月お楽しみレッスン☆

～浮き浮き(ウキウキ)プール～

金曜日 11:30～12:15(45分)

**「25M以上泳げる方対象
お楽しみスイミング」**

担当：浅野

・週替わりで色々チャレンジ！泳力向上！

5/11⇒肩甲骨を動かそう！

5/18⇒体幹を使おう！

5/25⇒クロールの基礎



木曜日 19:15～19:45(30分)

**初級種目別
担当：浅野**

5/10. 17⇒バタフライ

5/24. 31⇒平泳ぎ

