



室内水泳教室 一日無料体験

期間：平成29年1月25日(水)～2月6日(月)

場所：片山市民プール

受付：平成29年1月18日(水)～1月23日(月)

定員：各コース先着10名様(親子コースは下記記載)

申込み：片山市民プール内 吹田市水泳連盟まで(電話可)

TEL/FAX 06-6388-4501 (火、土、日、祝日を除く 9:00～正午)



【水中運動・アクアビクスコース】

- ・18歳以上の男女
- 月/水/金(水中運動) 11:00～11:55
- 木曜日(アクアビクス) 11:30～12:25

顔を水につけず、楽しく水中体操、水中ウォーキング、アクアビクス等色々な水中プログラムです！

【一般コース】

- ・18歳以上の男女
- 月/水/金曜日 11:00～11:55
- 木曜日 10:30～11:25
- ・中学生以上の男女
- 土曜日 11:30～12:25
- 月曜日 19:00～19:55
- 木曜日 19:30～20:25

泳げない方、初めての方でも安心！
しっかり泳ぎを覚えたい方もどうぞ！！

【親子コース】

- ・6か月～1歳11か月のお子様と保護者様20組
- ・2歳～4歳のお子様と保護者様10組
- 木曜日 9:30～10:25

6か月～1歳11か月の【親子コース】の実際のレッスンは11時30分～12時25分です
初めてのお子様でも安心！水が大好きに♪

【水中ウォーキングコース】

- ・18歳以上の男女
- 木曜日 10:30～11:25

運動が苦手、顔を水に浸けたくない方も是非！
関節痛があっても水がサポートしてくれます！！

【女性コース】

- ・18歳以上の女性
- 月/水/金曜日 10:00～10:55
- 木曜日 11:30～12:25

水慣れやバタ足等、水泳の基本からクロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの4種目まで、無理なく楽しくレッスンします！