スイミングスクール

成人スイミングスクールは、
個々のレベルを担当コーチが把握し、上達のポイントを適切にアドバイス。
年齢や泳力レベルに関係なく、ラク～に、カッコよく泳げるようになれます。

開講時間・担当コーチ

2023年8月度改訂

時間・担当	火	水		木	金		土	日
	中級 13:10～14:10 藤尾	中級 13:10～14:10 三浦	上級 13:10～14:10 藤尾	初中級 11:10～12:10 堀内	初級 12:00～13:00 茂櫛	中級 12:00～13:00 藤尾	中上級 11:00～12:00 三浦	初級 10:30～11:30 茂櫛
		中上級 20:00～21:00 三浦				上級 20:00～21:00 三浦		中級 11:30～12:30 茂櫛
	初級 20:00～21:00 簑原	初級 21:00～22:00 平野		初級 21:00～22:00 小林				

クラス内容		
初級 / 初中級	クロール・背泳ぎを段階的に習得していきます。水泳における基本動作を確実に習得できます。	
中級 / 中上級	クロール・背泳ぎの更なる泳力向上 平泳ぎ・バタフライの基本動作の習得を目的としたクラスです。	
上級	4泳法の更なる泳力向上を図りながら、個人メドレーへ挑戦します。また、水泳を生活の一部にしていただくことで生涯水泳へ繋げていきます。	

スポーツクラブ ルネサンス仙川24　03-5313-8400

詳しくはホームページをチェック!!
ルネサンス 仙川　検索