

## ■ クラス案内

大人スイム			
曜日	火曜日①	水曜日①	木曜日①
時間	11:30～12:30	11:30～12:30	11:30～12:30
クラス	<b>初級クロール</b>	<b>初級平泳ぎ</b>	<b>中級クロール</b>
内容	クロールの基礎【姿勢、キック】から呼吸までを練習するクラスです 初めての方はこちらからどうぞ。	平泳ぎのポイントとなる足の形から練習します	クロールを泳げるようになった方がゆっくり楽に泳げるように練習するクラスです。体力づくりにもおすすめです。
曜日	火曜日②	水曜日②	木曜日②
時間	12:30～13:30	12:30～13:30	12:30～13:30
クラス	<b>中級クロール</b>	<b>初級クロール</b>	<b>初級平泳ぎ</b>
内容	クロールを泳げるようになった方がゆっくり楽に泳げるように練習するクラスです。体力づくりにもおすすめです。	クロールの基礎【姿勢、キック】から呼吸までを練習するクラスです 初めての方はこちらからどうぞ。	平泳ぎのポイントとなる足の形から練習します

## ■ クラス決定のご案内

受付期間終了後、担当コーチよりお申し込みクラスに関してのご連絡をいたします。

※最小催行人数に達していないクラスに関しましては「閉講」とさせていただきます。

## ■ お支払方法

期間 12月20日（火）～12月25日（日）

施設フロントにて参加申込書をご記入の上、現金にてお支払ください。

■ お問い合わせ      リフレッシュプラザ平塚 TEL 0463-51-1280

～メモ欄～

↓ 必要事項をご記入頂き、切り離しはせずにご提出ください・氏名にフリガナをご記入ください

シメイ 氏名			性別	男 ・ 女
ご住所	〒			
ご連絡先（電話）				
希望クラス	曜日	火 ・ 水 ・ 木	クラス	

