

マンスリー スイムアカデミー ～クロール編～

【担当者】梅埜昌子



CHECK!



- ・泳ぎをキレイにしたい方
- ・独学で練習中の方

月毎にレベルを変更し
ツール使いながら
泳ぎの基礎をより細かく、
お伝えしていきます♪

【入門編】泳ぎの基礎～クロールの息継ぎの仕方

- ・カラダの使い方
- ・浮きの姿勢
- ・キックの練習

【中級編】ラクに泳げることを目指します

- ・スカーリングを行い水をつかむ感覚を覚える
- ・しっかりプルがかける
- ・呼吸が楽になるように

【スキルアップ編】泳ぎのスキル向上を目指します

- ・距離を長く泳ぐ練習
- ・スタート、ターンの練習
- ・タイムを測定し、スピードアップを目指します

【開催要項】

1月【入門編】(全3回)	11日 18日 25日
2月【中級編】(全4回)	1日 8日 15日 22日
3月【スキルアップ編】(全5回)	1日 8日 15日 22日 29日
曜日	土曜日
時間	9:45～10:45
場所	プール
定員	10名(最少催行人数4名)
料金	1月 …6,930円(税込) /月
	2月 …9,240円(税込) /月
	3月 …11,550円(税込) /月

～申込に関するご案内～

申込方法 お申込み・決済はWebサイト(hacomono)となります。

申込開始日	【1月分】フルエリアプレミアム/フルエリア	… 12月20日(金)12:00～
	スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ	… 12月28日(土)22:30～
	【2月分】フルエリアプレミアム/フルエリア	… 1月20日(月)12:00～
	スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ	… 1月20日(月)12:00～
	【3月分】フルエリアプレミアム/フルエリア	… 2月20日(木)12:00～
	スタジオ・ジム/ジム・プール/ジム/プール/都度/マイページ	… 2月20日(木)12:00～

申込締切 1月分…1月7日(火) 2月分…1月28日(火) 3月分…2月25日(火)
23:59まで

(※お申込み人数が最少催行に満たなかった場合は中止とさせていただきます。)

キャンセル料 各月初回開講日前日まで…0% / 初回開講日以降…100%
返金 開講予定スクール最終日終了後の返金となります。