

# 姿勢を意識して泳ぐ

【担当者】 三枝遼



CHECK!



- ・フォームを見直したい方
- ・身体の負担を少なく泳ぎたい方

## 【内容】

楽に泳ぐ、早く泳ぐ、長く泳ぐ等の目的に応じたフォームを姿勢の観点から作っていきます。

- 7月 『クロール』
- 8月 『背泳ぎ』
- 9月 『バタフライ』

## 【開催要項】

- 7月 1日・8日・22日・29日(全4回)
- 8月 5日・19日・26日(全3回)
- 9月 2日・9日・30日(全3回)

曜日 月曜日  
 時間 20:15～21:15  
 場所 プール  
 定員 12名(最少催行人数4名)

料金 全3回 8,250円  
 全4回 11,000円

## ～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 【7月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 6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 … 6月20日(木)12:00～
- 【8月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 7月19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 … 7月22日(月)22:30～
- 【9月分】フルエリアプレミアム/フルエリア … 8月20日(火)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 … 8月20日(火)12:00～

申込締切 7月分…6月27日(木) 8月分…8月1日(木) 9月分…8月29日(木) 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。