

***水泳初心者大歓迎！

スイミング パーソナルレッスン

★各種泳法の泳力向上！

★長く綺麗に泳ぐためのアドバイス！

★がっつり泳ぎたい方へのメニュー提案！

★おひとりおひとりにあった練習！

受付
時間

毎週月曜日、水曜日、木曜日、金曜日
10時～19時(事前予約制)

※別紙開催日程をご参照ください。

※受講ご希望日の3日前までにお申し込みください。

受講料

1回:45分3,000円(大浴場セット券付き)

申込

ふれーゆ1階受付で現金のみの受付です。
ご希望日時をお伝えください。

※ご予約状況によってはご希望に添えない場合がございますので予めご了承ください。

※こんな方におすすめ※

- ・水泳がうまくなりたい！でも、ほかの人と泳ぐのは不安で恥ずかしい、。
- ・個人レッスンでしっかり上達したい！！
- ・教室は参加したいけど時間がいつも合わない！

開催日程

1月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	休	休	休	●	●	
7	8	9	10	11	12	13
	●	休	●	●	●	
14	15	16	17	18	19	20
	●		●	●	●	
21	22	23	24	25	26	27
	●		●	●	●	
28	29	30	31			
	●		●			

休=休館日

2月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				●	●	
4	5	6	7	8	9	10
	●		●	●	●	
11	12	13	14	15	16	17
	●	休	●	●	●	
18	19	20	21	22	23	24
	●		●	●	●	
25	26	27	28			
	●		●			

3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
		休				
17	18	19	20	21	22	23
	●		●	●	●	
24/31	25	26	27	28	29	30
	●		●			

○高校生以上が対象です。

○定員になり次第、受付終了となります。

○有料教室を同じ曜日に2つ受講されるお客様は、

プールゲートを入場した時刻より4時間を過ぎますと延長料金がかかりますので
ご注意ください。

○プールご利用状況、その他教室開催時は25mプール貸切ではなく
フリーコースでの開講となる場合がございます。予めご了承ください。

○レッスン振替は一度のみ可能です。

○お申込み後の返金はできません。

○レッスン開始時間までに受付と準備をお済ませください。

【講師】 中島 侑紀 (なかじま ゆき)

*水泳経験 20年以上

*水上安全法救助員 資格保持

*プール監視員

*ふれーゆにて毎週水曜日水泳教室開講中

*他フィットネスクラブにて成人スイムコーチ経験あり

*好きなもの:猫、ゲーム



一緒に楽しく泳ぎましょう!