

H27年度
第1期
4~5月

水泳をはじめてみたい方、上達したい方におすすめです！

大人カルチャー水泳教室のご案内

教室名	曜日	実施日時※祝日休講	内容	定員
大人水泳背泳ぎ	月	4/13~6/22(全10回) 11:00~12:00	背泳ぎのキックや手のかき方、呼吸などを基本から練習します。 背泳ぎ25Mを目指しましょう!!	10
大人水泳クロール初級	火	4/14~6/23(全10回) 11:00~12:00	クロールの息つぎを中心に、バタ足や手のかき方などを練習 します。クロール25Mを目指しましょう!!	10
大人水泳クロール中級	木	4/16~6/25(全10回) ※4/30祝日休講 11:00~12:00	クロールを楽に、きれいに泳ぐ練習をします。 ターンの練習など、更にクロールの距離を伸ばしていきましょう!!	10

【申込期間】3月15日(日)~4月5日(日)まで (先着順)

※参加者が6名に達しない場合は中止することがあります。

【受講料】 8,000円 (全10回) (各教室初日に納入)



【対象】 義務教育修了以上の方 ※納入された受講料は自己都合での返金はできません。
※プールをご利用の場合は別途利用料が必要です。

【申込方法】 受付窓口 又は FAX(079-272-5613)で、下記の申込書に必要事項をご記入の上、持参あるいはFAXしてください。

大人水泳教室に初めてご参加の方には、リフレ・チョーサオリジナルスイミングキャップをプレゼント!!



皆様のご参加を
お待ちしております!

【お問い合わせ】

〒671-1236 姫路市網干区網干浜4-1
姫路市立網干健康増進センター
TEL.079-272-5601
FAX.079-272-5613

きけとけ

平成27年度(4~5月) 大人水泳教室		教室名	(受付NO.)担当: 受付日: /	
フリガナ		男・女	年齢	電話番号
名前			歳	
住所	〒			FAX番号

※ご記入いただいた内容は教室の連絡のみに使用いたします。また無断で第三者に情報を提供することはありません。