

スイマーの

陸
ト
レ

お申込みは
コチラ！



タイムを削る
答えは水の中
だけじゃない。

「あと1秒」を、獲りに行く

◆フィジカル強化トレーニング

～ フォームのブレない身体を手に入れよう ～

水中や日常生活では身に付けることが難しいフィジカル面を鍛え、泳ぎのフォームを整えていきます。
無駄な動きをなくし、タイムを縮める為のトレーニングに挑もう！

【日程】 1/7(日)～8月(祝)

【時間】 ①7:45～8:45

②9:00～10:00

【対象】 ①GTA在籍生

②GA/☆級在籍生

【定員】 各40名

【料金】 2,200円(税込)

グンゼの

進級
テスト付!

一般生
参加OK!

冬
短



お申込みは
コチラ!



この冬、君はまだまだ上達する

◆今年最後の進級チャンス

～ 最終日に年内最後の試練(テスト)に挑もう(´・ω・`)～

【開催日】 12/26(火)～28(木)

【料金】 4,950円

【対象】 一般生:3歳～未就学児
スクール生:カメ級～12級(幼児クラス在籍生)

【時間】 14:00～15:00

【定員】 40名

【対象】 一般生:小学生
スクール生:カメ級～1級(学童クラス在籍生)

【時間】 17:15～18:30

【定員】 60名