

# 成人スイミングスクール

## 500円体験

☆2月16日(金)～2月28日(水)☆

■全クラス 11:15～12:15

- ・月曜日 初級・中級クラス
- ・水曜日 上級クラス
- ・金曜日 中級クラス

初級:クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・・・①

25mを目指すクラス。バタフライは導入部分まで

中級:①の3泳法を25m完泳出来る方対象

①の3泳法を50m,バタフライを25m

完泳を目指すクラス

上級:①の3泳法を50m,バタフライ25m完泳出来る方対象

①の3泳法を50m以上,バタフライを50m

完泳を目指すクラス

お申し込みは2月15日(木)より、直接フロント、もしくは  
電話での受付となります。

※1人1回のみとさせていただきます

ジェクサー・フィットネス&スパ上野

03-3841-8861