

フィンスイミング

【スケジュール】

7/19 (14:00~) 8/30 (10:45~)

9/27 (10:45~)

対象 16歳以上
(クロール25m以上泳げる方)

定員 15名

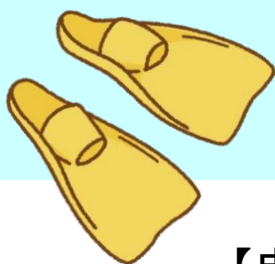
参加費 1,100 円(別途施設利用料)

持ち物 水着 スイミングキャップ ゴーグル タオル
(フィンをお持ちの方はご持参ください)



【フィンスイミングの目的・効果】

- ・推進力を高めて泳ぎやすくしてフォーム習得をサポート
- ・足首の柔軟性やキックの感覚を養う
- ・水の抵抗を感じやすくなり、正しいキック動作が身につく
- ・フォームの乱れがわかりやすく、修正しやすい



※次回の開催日時は、施設掲示板、ホームページにてご確認ください。

【申込方法】

- ◆ 開催月の1日から予約を開始いたします。
- ◆ 貸し出しフィンのサイズ、数量には限りがあります。
- ◆ 予約後1週間以内に参加費をお支払いください。
- ◆ 当日キャンセルは返金出来かねますのでご了承ください。
- ◆ 別途施設利用料が必要となります。券売機にてご購入ください。

