

# 秘密の特訓！

～高橋コーチのバタフライレッスン～

(初めての人も、苦手な人もOK。少人数で練習します)

※セントラル級に関係なく、全員で同じ練習を行います。

内 容

バタフライのキック・フル動作・呼吸と全員で練習します。短い距離での反復練習を行いますので、緑クラスから参加できます。

日 時

3 / 8 (日) 15:00～15:50

参加費

2,200円(税込)

場 所

プール

対 象

緑～黒帽子

※みどり帽子は、こん帽子の予習として参加可能です。

定 員

10名

※最少催行3名

持ち物

いつもの持ち物

申 込

※キャンセルにつきまして、実施前日までにご連絡を頂いた場合は、全額返金いたします。当日以降のご連絡は返金いたしかねますので、予めご了承ください。

※申込メ切は3/7(土)…(最少催行に達した場合当日申込み可)

