

# 10月 大人 水泳教室

途中・継続参加可能

インスタ始めました！  
施設の情報アップしていくので  
ぜひフォローしてください！



@shieipool

## クラス内容

### 中級クラス①木曜日

25m泳げる方

- ✓ クロール練習
- ✓ 背泳ぎ練習
- ✓ キック練習
- ✓ 腕の動き練習

### 初級クラス②金曜日

どなたでもご参加いただけます

- ✓ バタ足練習
- ✓ 呼吸練習
- ✓ 手の動き練習

基本から段階的に練習します

## 日時

①10/8.15.22.29日（毎週木曜日）

②10/9.16.23.30日（毎週金曜日）

16:15~17:15（全4回）

## 対象

18歳以上

## 定員

各10名（先着順）

## 参加費

4,400円（全4回分）

※お申込み後の返金はいりません。  
お休みの際の振替・返金等も致しかねます。

## 申込期間

9月8日～9月30日

## 【お申込み・お問い合わせ】

詳細等お気軽に施設までお問い合わせください。

北九州市立思永中学校温水プール

TEL：093-591-4810

ホームページ <https://ssk-shiei-pool.com>

（10：00～19：00）定休日：月曜日

スピナ・シンコースポーツ共同事業体