

森隆弘塾6月度日程表

DIVA SPORTS CLUB PRESENTS



■25m以上泳げる方（定員6名） ～今月のテーマ：平泳ぎ～

【A】6月7日(水)12:55～13:55
推進力を得るキックの打ち方

【B】6月14日(水)12:55～13:55
抵抗の少ないストローク

【C】6月21日(水)12:55～13:55
腰に負担のかからない呼吸方法

■25m完泳を目指す方（定員8名） ～今月のテーマ：平泳ぎ～

【D】6月7日(水)14:00～14:45
足裏で水を捉えるキック

※多目的プールにて開催します



■ペアレッスン(定員2名)

- ・ご家族やご友人とご参加いただけます。
- ・ご希望に沿った内容でのレッスンです。

【E】6月14日(水)14:00～14:45

【F】6月21日(水)14:00～14:45

※多目的プールにて開催します

DIVAスポーツクラブ