

# 夏季特別

## ワンポイント ONE 500 コイン レッスン

※入館料及び保険料(200円)が別途で必要です。

受付開始

6/2 (火)

午前10時から

6/14 (日) 締切

7/7(火)~7/10(金)

※最少遂行人数 3名

先着各5名

ワンポイントレッスン 13:00~13:30 [30分]

「ココが知りたかった!」がその場で聞ける

先着各7名

スイムクラス 13:45~14:45 [60分]

初めての方も大歓迎!! 4泳法練習クラス

- ① [火曜日] クロール
- ② [水曜日] 背泳ぎ
- ③ [木曜日] 平泳ぎ
- ④ [金曜日] バタフライ

7/14(火)~7/17(金)

※最少遂行人数 3名

先着各7名

泳ぎのコツ! こつ! 13:30~14:30 [60分]

上手いかなああの泳ぎ! 「コツ」をつかもう!

- ① [火曜日] 呼吸がらくになる! 大人のゆったりクロール
- ② [水曜日] もう沈まない! 正しい背泳ぎの姿勢
- ③ [木曜日] 弱点克服! すいすい泳げる平泳ぎ
- ④ [金曜日] バタフライがらくになる! うねりとキック

☎ 電話で予約OK!

指定管理者 環境をサポートする(株)きらめき

〒955-0852 新潟県三条市南四日町4-8-40

[営業時間] 火~土 10:00~20:00

日・祝日 10:00~19:00 ※月曜休館日

三条市民プール

☎0256-34-2217