

マンツーマン

水中ビデオレッスン

「自分のイメージしている泳ぎ」と
「自分の泳ぎ」って…本当に同じ??



日程：毎週木曜日

※12/5(木)スタート

時間：14:30～15:15(45分)

参加費：3,300円(税込)

※ただし施設利用料が別途必要になります。

～ 水中ビデオレッスン流れ ～

1. 水中カメラでフォームを撮影します。
2. 映像を見ながら解説します。
3. 映像をもとに指導します。
4. もう一度撮影して修正点を確認します。

12月度は随時受付中!

1月度より毎月15日 9:00～

翌月度の受付開始!!