

# スイミング

実施日時

月曜日  
16:25~17:15



講師

マイエススイミング

## クラス目標

**全員がクロールを泳げるようになること**

クロールが泳げるようになったら、クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの4種目の基本をマスターし、スピードアップを目指します。

## クラス内容

レベル別に4クラスに分けてレッスンを行います。もぐる、浮く、泳ぐといった段階で各レベルに合わせたレッスンを行います。

初級クラスでは、水なれから、初歩クロールへと水泳の基本をじっくり学びます。

中級、上級クラスでは、クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの4種目の基本をマスターします。

## 講師紹介

名古屋学院と名古屋学院大学でスイミング教室を行っている、マイエススイミングの講師が指導をします。

対象学年  
全学年



## 持ち物

水着、バスタオル  
スイミングキャップ  
ゴーグル

