

第9回尼崎スポーツの森CUP連動イベント

尼森Cupで好タイムを出すための練習会

その1. 飛込み&スプリントアップ練習会

日時:7月22日29日(日)13:30~15:00

その2. 4泳法ドリルワーク練習会

日時:8月26日(日)13:30~15:00

その3. ターン&泳法練習会

日時:9月9日16日(日)13:30~15:00

その4. ワンポイントアドバイス会

日時:9月23日(日)12:00~

その5. 総合練習会

日時:9月23日(日)13:30~15:00

詳しくは次のページをご覧ください!

★詳細

・場所は25mプールにて開催

・担当は「中西」いない時「臼井」が実施します

・飛込み、ターン、泳ぎを撮影します

※映像をお渡ししますので、USBをご用意ください

・撮影日※()内は撮影局面

・7月29日(飛込み) ・8月26日(泳ぎ)

・9月9日(ターン)

★ニ森Cupに参加すると...

・1レッスン300円で受講できます

※非参加者は1レッスン1,500円で受講できます

・9月23日12:00～映像を元にワンポイントアドバイス会にご参加頂けます

※別途参加料300円が必要です

注意:当施設会員以外の方は別途施設利用料が必要です!

申込、詳しい内容等のお問合せは当施設受付へ!!