

## 少年少女わんぱく水泳教室とは

少年少女わんぱく水泳教室は、25mプールを使用して、これから水慣れをする水泳初心者のお子様から平泳ぎの習得を目指すお子様まで、幅広く対象にしております。

泳力別に3班～4班に分かれておりますので、初心者のお子様も安心して受講していただけます。

## 主なメニュー

- ・水中歩行
- ・ボビング
- ・けのび
- ・呼吸法
- ・壁キック
- ・板キック
- ・ビート板キック
- ・背浮きからの立ち方
- ・面かぶりキック
- ・面かぶりクロール
- ・ビート板付きクロール
- ・クロール ・背泳ぎ ・平泳ぎ
- ・ひとかきひとけり
- ・スタート練習
- ・ターン練習
- ・その他

10日間の教室の中で、上記のメニューやその他の練習も実施いたします。また、年間を通していろいろな先生が担当しますので、さまざまな指導が受けられます。

みんなと一緒に楽しみながら泳ぎを覚えましょう！