11月度 ASTERS ESSON ENU

はるおかスイミングスクール原校 TEL 092-851-3315

午前の部	10:30~	11:00~	11:30~	12:00~	午後の部	(月・水) 20:00~20:25 (木)19:45~20:10
1 00 00 00	10.00	11.00	11.00		I KVIII	(7) 7)(7) 20:00 20:20 (7)(7) 10:40 20:10
月	● 基礎レッスン	水中エアロビクス	○ バタフライ	● 背泳ぎ ★ トレーニング	月	水中エアロビクス
火	AQUA ウォーキング	● クロール	★ ミニトレ○ 平泳ぎ		火	
水	● バタフライ ○	水中エアロビクス	○ 背泳ぎ	● クロール☆ トレーニング	水	水中エアロビクス
木	AQUA ウォーキング	● 平泳ぎ	★ ミニトレ		木	AQUA ウォーキング
			0 バタフライ			
金	● ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	水中エアロビクス	o クロール	● バタフライ☆ トレーニング	金	
±	AQUA ウォーキング	● 平泳ぎ	★ ミニトレ☆ トレーニング		±	
日	12:40~16:00は会員様のみご利用いただけます。					
●→初心者レッスン 〇→中・上級者レッスン ★☆→コーチはつきません						



お知らせ



11月16日(日) は学童コースのイベント開催の為。 マスターズコースの遊泳は中止させていただきます。 皆様のご理解とご協力の程よるしくお願いいたします。

ご紹介での入会場典

特典① 入会金無料

特典② A·B·Cの中からお好きな商品プレゼント

_A. 水着・キャップ・ゴーグルプレゼント

B. QUOカード5000円プレゼント

C. はるおかオリジナル商品券5000円プレゼント

で紹介いただいた方には QUOカード1000円進呈いたします。

