

2023年 第40回ハーフデイ講習会

Happy スイミングⅡ

～楽しくなければ泳ぎではない～

日 時：2023年3月26日(日)13:00～17:00
 会 場：田園都市加チャ- & 健康スプ-センター
 受講費用：一般 9,350円(8,500円+税)
 認定者 7,700円(7,000円+税)(AEA/ATRI/WATSU)
 定 員：30名

水泳は中高年の方々に人気のスポーツです。 マンネリ化を防ぐためにも、今までの水泳指導を別な角度、別な切り口で学んでみませんか？ ウォーターパワーあふれる水中で体の使い方を学びながら『体に無理無駄のないラクな泳ぎ』『付加価値の高い泳ぎ』を手に入れることができます。

『水泳は究極のストレッチ』自分に合った泳ぎ方を学ぶことで年を重ねていくたびに、泳ぎを自在に変化していけるのです。 レッスン後の皆さんの晴れ晴れしい笑顔に勇気をいただき指導をしています。一緒に体験してみませんか？



講師；松本 桂江

- ◆全米アクアセラピーシンポジウム 日本代表講師(2010年)
- ◆日本体育協会公認 水泳コーチ2

講座(内容)	
13:00	受付 2F (多目的室)
13:15~13:30	オリエンテーション (施設説明)
13:30~14:50	講義 I 泳ぎのための解剖学 II 心と体にひびく水泳指導法
15:05~16:50	実技 (プール) クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ それぞれの指導ポイントを学ぶ
17:00	終了

ホームページから
のお申し込み
はこちら



2023年 第40回ハーフデイ講習会申込書 3月26日(日)

氏名(フリガナ)	生年月日	西暦	年	月	日生
現住所	Tel:	Cell:			
勤務先	Tel:	Fax:			
受講費用	<input type="checkbox"/> 一般者 9,350円(8,500円+税) <input type="checkbox"/> AEA/ATRI/WATSU 認定者 7,700円(7,000円+税)				
連絡&送付先	<input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> 勤務先	振込人名義			