

# 特別イベントレッスン

**AUTECH**水泳記録会  
参加で無料！

## 成人水泳

## ワンポイント教室



お待ちしております！1時間ワンポイント教室を開催します！  
ワンポイントアドバイス教室ですので、初めての方から経験者まで誰でも大歓迎です！

3/23開催の第3回オーテック記録会に参加の方は、ワンポイント教室が無料で受講できます！（ひとり2コマまで）  
目標をつくって一緒に練習しましょう！

日付	時間	教室名	内容
2/24(月)	12:00~ 13:00	スピードアップ	記録を出しやすい速く泳ぐ方法を練習します(へとへとにならない程度に、、、)
3/1(土)	13:00~ 14:00	水中スタート・ターン	水中からのスタート、ターンを練習します
3/8(土)	13:00~ 14:00	なんでもワンポイント	どんな種目でも泳ぎを見てアドバイスします
3/16(日)	13:00~ 14:00	なんでもワンポイント	

**料金 各990円** 3/23開催のオーテック水泳記録会参加の方は2コマまで無料  
(有料申し込み後の記録会参加に対する返金は致しかねます)

**定員 各12名 対象 中学生以上の方**

**申込方法 2/8(土) 10:00よりweb申込受付(先着順) →**



**TAC** 茅ヶ崎市屋内温水プール

TEL 0467-84-1144 URL <http://www.chigasaki-pool.com/>