3月 Smileプラン プライベートレッスン

私たちコーチにお任せください！

水泳 希望の種目、習いたい具体的内容を申込時にフロントにご申請ください!!

曜日	日付	時間	担当コーチ
月	7･14･21･28	11：30～12：00	斎藤
		12：00～12：30	
火	1･15	12：40～13：10	佐藤・佐々木・青木・斉木・福田・益田・狩野・友近
		13：10～13：40	佐藤・佐々木・青木・斉木・遠藤・福田・益田・狩野・友近
New! 水	2	20：15～20：45	狩野
		20：45～21：15	
	9･16･23	20：15～20：45	佐々木・狩野
		20：45～21：15	
木	3･10･17･24	11：30～12：00	斎藤
金	4･18	12：40～13：10	斎藤・佐藤・佐々木・松沼・青木・斉木・益田・西村
		13：10～13：40	斎藤・佐藤・佐々木・青木・斉木・益田
	11	12：40～13：10	斎藤・佐藤・佐々木・松沼・青木・益田・西村
		13：10～13：40	斎藤・佐藤・佐々木・青木・益田
	25	12：40～13：10	斎藤・佐藤・青木・斉木・益田
		13：10～13：40	斎藤・佐藤・青木・斉木・益田

平日夜コースを増設しました！ 是非ご利用ください！！

体操 逆上がり、前転、跳び箱、二重飛び、等　体育の時間の苦手を克服!

曜日	日付	時間	担当コーチ
月	3/7･14･21･28	11：00～11：30 / 11：30～12：00	篠崎
火	3/1･15	12：40～13：10 / 13：10～13：40	篠崎
金	3/4･11･18･25	13：40～14：10	青木

＊ 記載の無いコーチの指名を希望される方はフロントにご相談ください。
＊ レッスン料 ： 1回30分 4,000円（税込）空きがあれば1時間連続のレッスンも可能。
＊ お電話でのお申込みも出来ます。03-3784-7111

エントリー No.6
ピッカピッカの一年生！集まれ～

篠崎夏帆 先生

一年生になった～ら♪一年生になった～ら♪
４月から小学生になる新一年生のみなさん！準備は出来ているかな？小学校には体育という授業が有ります。いったいどんなことをやるのかな？小学校が始まる前にちょっと予習してみませんか？鉄棒の前回り、逆上がり、マットの前転、後転、跳び箱……などやり方やコツ、ポイントを覚えておけば自信がついて安心ですよね。

さぁ！プライベートレッスンで一足先に小学校練習を予習しておきましょう！そして体育の時間のヒーローになっちゃおー！

エントリー No.7
お仕事帰りに泳ぎましょう!!

佐々木 努 先生

水曜日 夜のプライベートタイム 増設！！しました！

プライベートレッスンを受けたかったけど昼間は仕事をしてるから…
そんな皆様、お待たせいたしました！
水曜夜にプライベートレッスンタイムを増設しました！仕事帰りに是非！
一日の疲れを取りたい～そんな時に！
是非！ご活用ください。
一緒にリフレッシュしましょう！

身体スッキリ
心スッキリ
夜はグッスリ
Zzzzz

申込受付 2/25(金)