

アクアプログラム

時 間		月	火	水	木	金	土
昼	12:30~ 13:30	初級	中級/上級		初級	中級/上級	
		渡辺	清水		石田	清水	

水泳初心者向け 初級 : 水慣れ、クロール、背泳ぎなどをメインとした『初歩的なスイムレッスン』

水泳愛好者向け 中級/上級 : 平泳ぎ、バタフライ、4泳法などをメインとした『専門的なスイムレッスン』