

ナガスイミング藤岡校 カリキュラム

	月	火	水	木	金		土
12:00 ~ 13:00	フリーコース					9:20 ~ 10:20	学童 土 A
13:30 ~ 14:30	マスターズ		マスターズ		マスターズ	10:30 ~ 11:30	学童 土 B
15:10 ~ 16:10	学童 月 1				学童 金 1	12:00 ~ 13:00	フリーコース
16:20 ~ 17:20	学童 月 2	学童 火 2	学童 水 2	学童 木 2	学童 金 2	13:30 ~ 14:30	学童 土 O
17:30 ~ 18:30	学童 月 3	学童 火 3	学童 水 3	学童 木 3	学童 金 3	15:10 ~ 16:10	学童 土 1
18:30 ~ 20:00	選手 ・ 育成					16:10 ~ 17:40	選手 ・ 育成
18:50 ~ 20:20	フリーコース			フリーコース		18:00 ~ 19:00	マスターズ

★子どもコース★

学童コース (3才~中学生)

個人の泳力に合ったクラスで
水慣れから4泳法習得を楽しみ
ながら学べるコースです。
バス送迎もご利用できます。

☆大人コース☆

一般フリーコース (高校生以上)

自分のペースで歩いたり泳いだり
でき、サウナ・お風呂も自由に
ご利用いただけるコースです。

選手・育成コース (25M泳げるお子様)

全国大会や県大会、市民大会での
入賞や記録の更新を目指します。
泳力、体力に応じた練習をします。

マスターズコース (高校生以上)

コーチの丁寧な指導のもと
泳力を向上させるコースです。
個人の泳力に合ったクラス分けて
泳げない方でも安心です。

