

令和5年度 水泳フォーム撮影会～ワンポイント講習～

自分の泳ぎを見てみよう！

普段、あまり見ることをできない、自分の泳ぎを実際に目で見て、確認してみましょう。

客観的に見ることにより、上達に繋がります。

少人数で行い、他の人の泳ぎも一緒に見ることにより、自分の泳ぎの振り返り確認も可能となります。動画を見てのワンポイントアドバイスもあります。

※水中での撮影はありません。上からの撮影のみとなります。

開催日：① 7月15日（土）、

②12月13日（水）、③14日（木）、④15日（金）

時 間：11：00～12：00

対 象：16歳以上（クロール25m以上泳げる方）

定 員：先着6人（毎回）

場 所：ディスポートプール

受講料：

会 員	一 般
無 料	500円

※別途、施設利用プール入場料が必要となります。（定期券可）

※会員の方でも、2回目以降は、受講料200円が必要となります。

募集開始：①6月6日（火）9時～

②11月7日（火）9時～