

10/28(日)無料体験会の流れ

時 間 内 容

※ 玄関入口の掲示板上、お名前・担当コーチをチェック

- | | | |
|-------|--------------|----------------------|
| ① 受付 | 9:30～ 9:45 | フロントで、受付 |
| ② 更衣室 | | 水着に着替えて、タオルを持って、体操室へ |
| ③ 体操室 | 9:45～ 10:00 | 準備体操 & 出欠確認 |
| ④ プール | 10:00～ 11:00 | ・練習 |
| | 11:00～ 11:15 | ・ゲーム |
| ⑤ 解散 | 11:30～ | |



- ① 水着 (指定なし)
- ② 水泳キャップ (無料貸出し有り)
- ③ バスタオル
- ④ ゴーグル (※泳力に応じて)

