

NaMaCo "なまこ" Training Schedule

2012年4月 練習予定表

2012/03/24 現在

月日	曜日	練習場所	練習時間	テーマ・備考
4月9日	月	千葉県国際総合水泳場サブプール	13:00-14:45	テクニック (自由形)
4月11日	水	千葉県国際総合水泳場メインプール	13:00-15:00	トレーニング (平泳ぎ)
4月12日	木	千葉県国際総合水泳場サブプール	13:00-14:45	テクニック (背泳ぎ)
4月14日	土	千葉県国際総合水泳場メインプール	19:00-20:45	※ナマコスPECIAL
4月18日	水	千葉県国際総合水泳場メインプール	13:00-15:00	トレーニング (得意種目とスタート)
4月19日	木	千葉県国際総合水泳場サブプール	13:00-14:45	テクニック (平泳ぎ)
4月23日	月	千葉県国際総合水泳場サブプール	13:00-14:45	テクニック (バタフライ)
4月25日	水	千葉県国際総合水泳場メインプール	13:00-15:00	トレーニング (バタフライ)
4月26日	木	千葉県国際総合水泳場サブプール	13:00-14:45	テクニック (得意種目とターン)
4月28日	土	千葉県国際総合水泳場メインプール	19:00-20:45	※ナマコスPECIAL

【練習参加における注意事項】

- ① 参加希望者は練習日の**4日前**までにメールまたはFAXにてお申し込み下さい。
 申込の際、初参加の方は下記のことを明記またはご連絡お願いいたします。

1) 氏名 2) 年齢 3) 住所 4) 電話番号 5) メールアドレス 6) 水泳経験 7) 得意種目

メール → naluaquatics2005@aol.com 電話&FAX → 0436(63)3075

※4日前までに練習参加希望者の連絡が2名以下の場合には練習会を中止させていただく場合があります。

- ② 練習は基本的に「専用利用」にて行いますので、練習道具 (パドル・フィン等) をお持ちの方は持参して下さい。
 ③ 参加費用は1レッスンにつき2500円です。練習開始15分前に2階ロビーにて「一木に」お支払い下さい。
 ④ 練習会参加チケットを販売しています。2500円×11回分で25000円です。購入を希望される方は「一木」まで。

【プライベートレッスンのお知らせ】

プライベートレッスンのお申込、お問合せは上記PCメールアドレスまたは携帯 (電話、メール) にてお願いいたします。
 尚、レッスン可能時間帯に関しましては『73channel』<http://sun.ap.teacup.com/73channel/>に随時更新されます。

Nalu Aquatics

Nalu's Mobile; 090(1568)1782

Nalu's iPhone; nalu1238-845@softbank.ne.jp