

# 「キックだけの練習会」

キック強化・矯正のためのレッスンです。

キックが進まない・キックが上手くいかない方、ご参加ください！

目的： 正しいキックの動き（矯正）でキックの強化を行う。

日時： 9/17（土） 13：00～13：50

※12:50より入場します。

対象： 当スイミングクラブ会員で下記に該当する級の方

バタ足 ……黄4以上の級の方

背泳ぎキック ……赤色帽子以上の方

平泳ぎキック ……青色帽子以上の方

バタフライキック ……緑色帽子以上の方

参加費： 500円

申し込み方法： 申込書を記入の上、参加費を添えてスイミングクラブ窓口までお持ちください。

電話(042-476-0096)でも受け付け致します。（参加費は後日お持ちください）

※定員に達した場合には、お断りする場合があります。予め、ご了承ください。

申し込み締め切り： 当日でも受付可能

定員： 40名

---

## 9/17キック練習会 申込書

名前： \_\_\_\_\_

クラス： \_\_\_\_\_

級： \_\_\_\_\_

※帽子の色と番号

コース選択 をつけてください→

バタ足 ・ 背泳ぎキック ・ 平泳ぎキック ・ バタフライキック

---

## 領収証

### 500円

(但) 9/17キック練習会参加費として

東久留米スイミングクラブ