

# SUNDAY'S SPECIAL SWIM LESSON

日曜日の特別スイムプログラム 2024年6月

6

9

6

23

## 入門クロール

クロールの息継ぎ等を  
丁寧にレッスン致します。  
※クロールがうまく泳げない方が  
対象です。



講師 6月9日:米川 琢 6月23日:奥出 泰史

【参加費】無料 【定員】15名 【時間】13:30~14:00

【申込方法】レッスン開始時間の90分前に1Fフロントにて、整理券の配布

6

9

## 『バタフライの極意』初級編

バタフライが泳げるようになる為のレッスンです。  
※バタフライをカッコよく泳ぎたい方が対象

講師 米川 琢

【参加費】¥2,970 【定員】10名 【時間】14:50~15:35

【申込方法】5月26日(日) 10:00~WEB予約開始

【キャンセル】当日、レッスン開始120分前まで無料、それ以降、全額



6

23

## 『平泳ぎを楽に泳ぐコツを伝授』 初級編

平泳ぎが楽に泳げるコツを伝授します。  
※平泳ぎを楽に泳ぎたい方

講師 奥出 泰史

【参加費】¥2,970 【定員】10名 【時間】14:50~15:35

【申込方法】5月26日(日) 10:00~WEB予約開始

【キャンセル】当日、レッスン開始120分前まで無料、それ以降、全額



米川 琢(よねかわ たく)

- 全国中学3位/インターハイ3位/国民体育大会3位
- 2018年・2019年オリンピック強化コーチ
- 2018年 日本代表コーチ
- 法政大学体育会水泳部コーチ
- 立教池袋中高水泳部外部コーチ
- 資格:公認コーチ4(旧上級コーチ)



奥出 泰史(おくで たいし)

- 2005年:世界水泳400m個人メドレー代表
- 2007年:  
日本選手権400m個人メドレー優勝  
世界競泳代表