

# 水泳

## 個人レッスン



## グループレッスン



幼児～大人  
定期レッスン  
単発レッスン



### 『個人・グループレッスンの特徴』

#### ■キレイなフォームを目指す

当教室の定期受講者は、まずはじめに友達の手本となる泳ぎを目指します。キレイに泳いで「楽に」「速く」、見ている人の心を動かす泳ぎを目指します。グチャグチャな泳ぎでも良いから25m泳げればOK!!という方は学校やスイミングスクール等での練習をオススメします。

#### ■安定した実力を身につける

例えば、目標としているクロール25mを初めて達成した時の嬉しさは格別なものがあります。しかし、1回泳げてOK!!合格!!というものではありません。当教室では「安定して出来る」を目指します。もちろん「おまけ合格」などありません。

#### ■レッスン中の待ち時間が無い

スイミングスクールでの集団レッスンでは人数が多く泳力差があり、実際に泳ぐ時間がレッスン時間の半分以下…あとは待ち時間…ということはありませんか? 個人レッスンでは待ち時間がないので、泳ぎの説明を受け理解しながら充実した時間を過ごせます。

#### ■小学校高学年以上の短期習得

基本的に基礎を固めてコツコツと練習していきますが、学校の授業・スイミングスクールについていけない小学5・6年生、中高生に関しては短期習得を目指します。泳げない悩みを克服すると水泳が楽しくなります。ご相談を。

体験レッスン有  
(定期受講希望者)

SPORTS  
JASA OFFICIAL LICENSE

日本体育協会公認水泳指導員  
千葉 隆礼 (ちば たかなり)



#### 〈講師プロフィール〉

- ・ NSI, イトマンなどを経て指導歴9年目。幼児～成人レッスン経験有り。
- ・ 2010年 水泳指導員の資格を取得 (日本体育協会公認)
- ・ 2012年 第28回チャレンジ24時間水泳大会/6時間独泳部門にてバタフライで完泳。
- ・ 2014年 個人水泳教室を開き、初年度で50名弱が当教室を受講。(単発レッスン含)
- ・ 現在はスイミングスクールと個人水泳教室との掛け持ちで活動。
- ・ 趣味は、水泳・日本泳法・クラシックギター