

# 小原 工の スイスイ

## OPEN WATERSWIM



NPO法人  
皆生スポーツアカデミー代  
表

泳ぐことを楽しんで  
自分の泳ぎを取り戻そう！

日時：**9月17日(木)～11月19日(木)**

毎週木曜日 全10回

20時15分～21時30分

参加料： 10回分 12,000円(税別)  
6回分 8,500円(税別)  
1回分 1,500円(税別)

(非会員様は、利用料が別途必要です。)

参加対象： パジャ成人会員・パジャ法人会員・鳥取県トライアスロン協会会員  
クロール100m以上の泳力を有する高校生以上の健康な男女  
オープンウォーターで泳ぐ大会出場を目指しておられる方

定員： 20名

練習内容： ・基本的な動作改善ドリル、プル、キック、水感を取り戻すスカーリング  
・メインスイム、オープンウォーターにつながる各種練習など

### 【お問合せ先】

(株)パジャスポーツ フロントまで

TEL 0859-35-1500 FAX 0859-35-2100

