

# イベントレックスンウィーク

## GWスペシャル

利用者の皆さまへ、特別イベントを開催いたします！

今後も当施設で快適なフィットネスライフを送っていただけるようスポーツを通して喜びと感動を提供してまいります♪ 皆さま奮ってご参加ください♪

### ☆☆イベント詳細☆☆

- 日時・・・別紙をご覧ください
- 料金・・・施設利用料+レックスンプログラム1回券  
施設利用料+フリーパス（有効期限内）
- 定員・・・20名程度  
※定員になり次第受付終了
- 場所・・・プール
- 参加方法・体育館棟券売機でレックスンプログラム1回券を購入の上  
プール受付にて施設利用料とともにご提出ください。

5月1日(月)2日(火)は通常通りのプログラムを実施いたします。

【4月29日(土)】

**はじめてバタフライ**

<19:30~20:30>

荒井

バタフライの導入クラス  
楽しくバタフライの基礎を  
練習しましょう！！

【5月3日(水)】

アクアダンス系イベント

**水のチカラで  
ワクワクウォーキング&  
コンディショニング**

<12:40~13:25>

金子・土屋・荒井

水の力を利用して体を楽しく動  
かしましょう！！初心者でも楽  
しく参加できます！！

**GW心も身体も喜ぶ  
お楽しみアクア**

<13:30~14:00>

金子・土屋・荒井

GWの中日にココロとカラダを  
リフレッシュ！！

【5月3日(水)】

泳法系イベント

**はじめて背泳ぎ**

<18:00~18:50>

平

背泳ぎを泳ぎたい方、  
苦手な方向けの教室  
楽に泳ぎましょう

**はじめて平泳ぎ**

<19:00~19:50>

平

平泳ぎを泳ぎたい方、  
苦手な方向けの教室  
足の形からしっかりと  
練習していきましょう

**ビギナースイム**

<20:00~20:50>

平

泳ぎの基礎から  
覚えていく初心者クラス  
お気軽にご参加下さい。

【5月4日(木)】

**初めての水泳**

<12:00~12:45>

渡邊(航)

水泳を始めたいけど不安  
という方向けのクラス  
水慣れから練習しましょう

**はじめてバタフライ**

<13:00~13:50>

渡邊(航)

バタフライの導入クラス  
楽しくバタフライの基礎を  
練習しましょう！！

**4種目マスター**

<19:00~20:00>

平

4種目の技術向上が目的  
ワンランク上の泳ぎを  
目指しましょう！！

**ワンポイントクロール**

<20:00~20:50>

平

クロールの練習に特化し  
たクラス！ワンランク上の  
クロールを目指しましょう

【5月5日(金)】

**トライアスロン スイムパート**

<21:00~22:00>

平

**トライアスロンスイムを  
特訓しましょう！！**

以下の日程は祝日の為  
通常のレッスンプログラム  
は

お休みとなります。

日程

4月29日(土)

5月3日(水)

5月4日(木)

5月5日(金)

東村山スポーツセンター  
東村山スポーツプロモーションJV