

2022년 3월 특별강습 신규회원 추가모집 공고(수시)

시 간	반 명	모집대상	정원	모집인원	지도강사
06:00 ~ 06:50	연 수 (주 5회)	성인 / 청소년	40	마 감	김재형
	상급B (주 5회)		20	마 감	서보미
07:00 ~ 07:50	연 수 (주 5회)		40	21	김재형
	고급B (주 5회)		20	1	서보미
09:00 ~ 09:50	연 수 (주 5회)		40	18	김재형
	고급B (주 5회)		20	마 감	서보미
10:00 ~ 10:50	연 수 (주 5회)		40	22	김재형
	상급B (주 5회)		20	3	서보미
	초 급 (주 5회)		20	3	오광석
14:00 ~ 14:50	마스터즈 (주 5회)		20	10	정유라
	상급B (주 5회)		20	5	김지훈
16:00 ~ 16:50	초 급 (주 5회)		20	2	김성도
17:00 ~ 17:50	마스터즈 (주 5회)		20	7	김지훈
	상급B (주 5회)		20	1	정유라
	초 급 (주 5회)		20	마 감	김성도
19:00 ~ 19:50	연 수 (주 5회)		40	13	김지훈
	상급B (주 5회)	20	마 감	정유라	
20:00 ~ 20:50	연 수 (주 5회)	40	5	정유라	
	상급B (주 5회)	20	마 감	김지훈	

진 급 규 정

반 명	교 육 내 용	교 육 기 간	비 고
기 초	물 익히기, 자유형 발차기, 팔 돌리기 육상동작	~ 1개월	개인 차이에 따라서 변동 될 수 있음.
초 급	자유형 호흡 및 팔 돌리기, 자유형 25M 완주	~ 2개월	
중 급	배영킥, 팔돌리기, 배영25M 완주	~ 3개월	
상 급B	평영킥, 자유형·배영 반복훈련	~ 4개월	
상 급A	평영팔돌리기, 평영콤비네이션 및 25M 완주	~ 5개월	
고 급B	자유형·배영·평영 반복훈련, 접영킥 및 한 팔 접영	~ 6개월	
고 급A	자유형·배영·평영 반복훈련, 접영 25M 완주	~ 7개월	
마스터즈	자세교정,스타트,턴 / 자유형 팔찍기 및 Fin수영	~ 8개월 이후	
연 수	장거리수영 및 영법별 자세교정 / 스피드강화		