

Pool



スキルアップスイム

火曜 担当 松本 行永 11:05~11:35

10月

10月 2日 平泳ぎ
10月 9日 クロール
10月 16日 バタフライ
10月 23日 背泳ぎ
10月 30日 飛込練習

11月

11月 6日 バタフライ
11月 13日 背泳ぎ
11月 20日 平泳ぎ
11月 27日 クロール

12月

12月 4日 平泳ぎ
12月 11日 クロール
12月 18日 バタフライ
12月 25日 背泳ぎ

水曜 担当 内田 紗姫 20:10~20:40

10月

10月 3日 バタフライ
10月 10日 背泳ぎ
10月 17日 平泳ぎ
10月 24日 クロール
10月 31日 背泳ぎ

11月

11月 7日 飛込練習
11月 14日 平泳ぎ
11月 21日 クロール
11月 28日 バタフライ

12月

12月 5日 クロール
12月 12日 バタフライ
12月 19日 背泳ぎ
12月 26日 平泳ぎ

日曜 担当 江川 寛子 12:10~12:55

10月

10月 7日 背泳ぎ
10月 14日 平泳ぎ
10月 21日 クロール
10月 28日 バタフライ

11月

11月 4日 クロール
11月 11日 飛込練習
11月 18日 背泳ぎ
11月 25日 平泳ぎ

12月

12月 2日 バタフライ
12月 9日 背泳ぎ
12月 16日 平泳ぎ
12月 23日 祝日スケジュール
12月 30日 クロール