

# スキルアップカレンダー

スキルアップスイムは、1週ごとに種目が変わります。  
4泳法の技術レベルを高めます。25m泳げる方からご参加いただけます。

## 火曜

19:45~20:15  
担当 蜂谷友樹 ◆

### 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 個人メドレー

### 11月

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

### 12月

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

## 水曜

13:20~13:50  
担当 平野武司 ◆

### 10月

10月4日 平泳ぎ  
10月11日 クロール  
10月18日 バタフライ  
10月25日 背泳ぎ

### 11月

11月1日 バタフライ  
11月8日 背泳ぎ  
11月15日 クロール  
11月22日 平泳ぎ  
11月29日 個人メドレー

### 12月

12月6日 クロール  
12月13日 バタフライ  
12月20日 背泳ぎ  
12月27日 平泳ぎ

## 木曜

20:15~20:45  
担当 猪野滉太 ◆

### 10月

10月5日 背泳ぎ  
10月12日 平泳ぎ  
10月19日 クロール  
10月26日 バタフライ

### 11月

11月2日 背泳ぎ  
11月9日 平泳ぎ  
11月16日 バタフライ  
11月23日 祝日スケジュール  
11月30日 クロール

### 12月

12月7日 バタフライ  
12月14日 背泳ぎ  
12月21日 平泳ぎ  
12月28日 クロール

## 土曜

14:45~15:15  
担当 井上勝弥 ◆

### 10月

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

### 11月

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

### 12月

12月2日 背泳ぎ  
12月9日 平泳ぎ  
12月16日 クロール  
12月23日 バタフライ