

2018.10月

スイミング補足版

火曜日 10:40~11:10 スイミング中級 担当 楠		
♪第1週	10月2日	バタフライ
♪第2週	10月9日	背泳ぎ
♪第3週	10月16日	平泳ぎ
♪第4週	10月23日	クロール
♪第5週	10月30日	平泳ぎ & 一掻き一蹴り

水曜日 11:20~11:50 スイミング中級 担当 楠		
♪第1週	10月3日	プール休止
♪第2週	10月10日	平泳ぎ
♪第3週	10月17日	背泳ぎ
♪第4週	10月24日	バタフライ
♪第5週	10月31日	バタフライ & クロールのスタート

火曜日 19:40~20:10 スイミング初級 担当 松本		
♪第1週	10月2日	平泳ぎ
♪第2週	10月9日	クロール
♪第3週	10月16日	背泳ぎ
♪第4週	10月23日	平泳ぎ
♪第5週	10月30日	クロール

水曜日 19:40~20:10 スイミング初級 担当 松本		
♪第1週	10月3日	プール休止
♪第2週	10月10日	背泳ぎ
♪第3週	10月17日	平泳ぎ
♪第4週	10月24日	クロール
♪第5週	10月31日	背泳ぎ