

# 2020.1月 スイミング補足版 【昼の部】

火曜日 10:00~10:30 スイミング入門 担当 田中		
♪第1週	1月7日	バタフライ
♪第2週	1月14日	平泳ぎ
♪第3週	1月21日	バタフライ
♪第4週	1月28日	平泳ぎ

金曜日 10:40~11:10 ステップアップswim 担当 楠		
♪第1週	1月10日	バタフライ
♪第2週	1月17日	背泳ぎ
♪第3週	1月24日	平泳ぎ
♪第4週	1月31日	クロール

火曜日 10:40~11:10 ステップアップswim 担当 田中		
♪第1週	1月7日	クロール
♪第2週	1月14日	平泳ぎ
♪第3週	1月21日	背泳ぎ
♪第4週	1月28日	バタフライ

金曜日 11:20~11:50 スイミング入門 担当 田中		
♪第1週	1月10日	平泳ぎ
♪第2週	1月17日	バタフライ
♪第3週	1月24日	平泳ぎ
♪第4週	1月31日	バタフライ

水曜日 11:20~11:50 スイミング入門 担当 遠島		
♪第1週	1月8日	クロール
♪第2週	1月15日	背泳ぎ
♪第3週	1月22日	クロール
♪第4週	1月29日	背泳ぎ