

6月 STEP UP スイミング

				6日	13日	20日	27日
月	初・中級 11:30~12:30	初級 川瀬		クロール・バタプル	クロール・平泳ぎプル	クロール・背泳ぎプル	クロール・チョイス
		中級 山田		クロール・バタフライ	クロール・背泳ぎ	クロール・平泳ぎ	メドレー
	上級 20:15~21:15	上級 真砂		クロール バタフライ	クロール 背泳ぎ	クロール 平泳ぎ	メドレー
				7日	14日	21日	28日
火	初・中級 19:15~20:15	初級 竹内		クロール バタプル	クロール 背泳ぎプル	クロール 平泳ぎプル	記録会
		中級 石橋		クロール バタフライ	クロール 背泳ぎ	クロール 平泳ぎ	記録会
				1日	8日	15日	22日
水	上級 11:30~12:30	上級 石橋	クロール 背泳ぎ	クロール ターン	クロール バタフライ	クロール 平泳ぎ	記録会
				2日	9日	16日	23日
木	初・中級 11:15~12:15	初級 石橋	クロール・バタプル	クロール・平泳ぎプル	クロール・背泳ぎプル	クロール・チョイス	記録会
		中級 竹内	クロール・バタフライ	クロール・背泳ぎ	クロール・平泳ぎ	クロール・ターン	記録会
	上級 19:15~20:15	上級 川瀬	クロール バタフライ	クロール 背泳ぎ	クロール 平泳ぎ	クロール ターン	記録会
				3日	10日	17日	24日
金	上級 11:15~12:15	上級 山田	クロール 背泳ぎ	クロール ターン	クロール バタフライ	クロール 平泳ぎ	
	初・中級 19:15~20:15	初級 竹内	クロール・バタプル	クロール・背泳ぎプル	クロール・平泳ぎプル	クロール・チョイス	
		中級 川瀬	クロール・バタフライ	クロール・背泳ぎ	クロール・平泳ぎ	メドレー	