

9月 STEP UP スイミング

				5日	12日	19日	26日
月	初・中級 11:30~12:30	初級 川瀬	X	クロール バタフライ	クロール 平泳ぎ	クロール 背泳ぎ	チョイス
		中級 山田		クロール バタフライ	クロール 平泳ぎ	クロール 背泳ぎ	チョイス
				7日	14日	21日	28日
水	上級 11:30~12:30	上級 石橋	X	クロール 背泳ぎ	クロール バタフライ	クロール 平泳ぎ	メドレー
				1日	8日	15日	22日
木	初・中級 11:15~12:15	初級 石橋	クロール バタフライ	クロール 平泳ぎ	クロール 背泳ぎ	クロール ターン	チョイス
		中級 川瀬	クロール バタフライ	クロール 平泳ぎ	クロール 背泳ぎ	クロール ターン	チョイス
				2日	9日	16日	23日
金	上級 11:15~12:15	上級 山田	クロール 背泳ぎ	クロール バタフライ	クロール 平泳ぎ	クロール ターン	メドレー