

# 4月 STEP UP スイミング

				3日	10日	17日	24日
月	初・上級 11:30~12:30	初級 川瀬	X	クロール 背泳ぎ	クロール 平泳ぎ	クロール バタフライ	クロール チョイス
		上級 山田		クロール 背泳ぎ	クロール 平泳ぎ	クロール バタフライ	個人メドレー
				5日	12日	19日	26日
水	中級 11:15~12:15	中級 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	個人メドレー
				6日	13日	20日	27日
木	中・上級 11:30~12:30	中級 武内	X	クロール 背泳ぎ	クロール バタフライ	クロール 平泳ぎ	個人メドレー
		上級 石橋		クロール 背泳ぎ	クロール バタフライ	クロール 平泳ぎ	個人メドレー
				7日	14日	21日	28日
金	初級 11:15~12:15	初級 山田	X	クロール 平泳ぎ	クロール バタフライ	クロール 背泳ぎ	クロール チョイス