

3月 週替わりスイミング

水曜日	2日	9日	16日	23日	30日
14:00~14:45	バタフライ	平泳ぎ	背泳ぎ	クロール	4泳法
20:15~21:00	クロール	背泳ぎ	平泳ぎ	バタフライ	スタート ターン

木曜日	3日	10日	17日	24日	31日
20:30~21:15	平泳ぎ	バタフライ	クロール	背泳ぎ	フインスイム

金曜日	4日	11日	18日	25日	
13:30~14:15	背泳ぎ	バタフライ	クロール	平泳ぎ	X

土曜日	5日	12日	19日	26日	
15:00~15:45	バタフライ	平泳ぎ	背泳ぎ	クロール	X