

各種水泳(3ヶ月表)

7月
 時間～【種目】
 レッスンは25分間



初心者日程

対象種目を25M泳げない方



中・上級者日程

対象種目を25M以上泳げる方

水	12:00～【背泳ぎ】	4 ・ 11 ・ 18 日	25 日
	20:00～【クロール】	4 ・ 11 ・ 18 日	25 日
木	21:00～【バタフライ】	5 ・ 12 ・ 19 日	26 日
土	11:30～【平泳ぎ】	7 ・ 14 ・ 21 日	28 日

8月

水	12:00～【平泳ぎ】	1 ・ 8 ・ 22 日	29 日
	20:00～【バタフライ】	1 ・ 8 ・ 22 日	29 日
木	21:00～【背泳ぎ】	2 ・ 9 ・ 16 ・ 23 日	30 日
土	11:30～【クロール】	4 ・ 18 日	25 日

9月

水	12:00～【クロール】	5 ・ 12 ・ 19 日	26 日
	20:00～【背泳ぎ】	5 ・ 12 ・ 19 日	26 日
木	21:00～【平泳ぎ】	6 ・ 13 ・ 20 日	27 日
土	11:30～【バタフライ】	1 ・ 8 ・ 15 ・ 22 日	29 日

※毎月最終週のみ中・上級者(25m以上泳げる方)向けのレッスンとなります。
 お間違えのないようご注意ください。

※定員を設けておりません。受講者が多数の場合があります。ご了承下さい。

※泳法は月ごとに、バタフライ→背泳ぎ→平泳ぎ→クロールの順で変更いたします。

※平泳ぎ・バタフライのレッスンは、クロール/背泳ぎを25m以上泳げる方向けの
 レッスンです。泳力によっては受講をお断りさせていただく場合がございます。