

2022年4月プールプログラム

担当：師橋

月

はじめてスイム
13:00~13:30

4日 休 講

11日 休 講

18日 クロール

25日 背泳ぎ

月

レベルアップスイム
13:35~14:05

4日 休 講

11日 休 講

18日 バタフライ

25日 平泳ぎ

木

はじめてスイム
13:00~13:30

7日 休 講

14日 平泳ぎ

21日 バタフライ

28日 平泳ぎ

木

レベルアップスイム
13:35~14:05

7日 休 講

14日 クロール

21日 背泳ぎ

28日 バタフライ

金

はじめてスイム
13:00~13:30

1日 休 講

8日 休 講

15日 背泳ぎ

22日 クロール

29日 休 講

金

レベルアップスイム
13:35~14:05

1日 休 講

8日 休 講

15日 平泳ぎ

22日 バタフライ

29日 休 講

休講のお知らせ

※4月29日(金)は、祝日の為、休講となります。

※4月11日(月)まで春休みの為、
以下のプールプログラムは、全て休講となります。

- 1日(金) 13時~13時半、13時35分14時05分
はじめてスイム、レベルアップスイム (担当 師橋)
- 4日(月) 13時~13時半、13時35分14時05分
はじめてスイム、レベルアップスイム
14時15分~14時45分 からだシェイプ (担当 師橋)
- 5日(火) 14時半~15時
からだ改善ウォーキング (担当 前上門)
- 7日(木) 13時~13時半、13時35分14時05分
はじめてスイム、レベルアップスイム
14時15分~14時45分
からだシェイプ (担当 師橋)
- 8日(金) 13時~13時半、13時35分14時05分
はじめてスイム、レベルアップスイム
14時15分~14時45分
からだシェイプ (担当 師橋)
- 11日(月) 13時~13時半、13時35分14時05分
はじめてスイム、レベルアップスイム
14時15分~14時45分
からだシェイプ (担当 師橋)