

2024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

1日 休 講

8日 休 講

15日 平泳ぎ

22日 バタフライ

29日 休 講

月

レベルアップスイム
13:35~14:05

1日 休 講

8日 休 講

15日 バタフライ

22日 背泳ぎ

29日 休 講

木

はじめてスイム
13:00~13:30

4日 休 講

11日 バタフライ

18日 背泳ぎ

25日 平泳ぎ

木

レベルアップスイム
13:35~14:05

4日 休 講

11日 背泳ぎ

18日 クロール

25日 バタフライ

金

はじめてスイム
13:00~13:30

5日 休 講

12日 背泳ぎ

19日 バタフライ

26日 クロール

金

レベルアップスイム
13:35~14:05

5日 休 講

12日 クロール

19日 平泳ぎ

26日 バタフライ

お知らせ

4月1日(月)から4月8日(月)の間、
プールプログラムは、休講となります。
9日(火)から開催いたします。

4月1日(月)・4月8日(月)

- ☆はじめてスイム 13時～13時30分
- ☆レベルアップスイム 13時35分～14時05分
- ☆からだシェイプ 14時15分～14時45分

4月2日(火)

- ☆からだ改善ウォーキング 14時30分～15時

4月4日(木)

- ☆はじめてスイム 13時～13時30分
- ☆レベルアップスイム 13時35分～14時05分
- ☆からだシェイプ 14時15分～14時45分

4月5日(金)

- ☆はじめてスイム 13時～13時30分
- ☆レベルアップスイム 13時35分～14時05分