

月替り・週替りプログラム 7月

【月替り】

(月) 11:10~ 飯島	(月) 14:00~ 飯島	(火) 11:15~ 村上	(火) 21:00~ 松崎	(水) 12:00~ 北地
初級水泳	中級水泳	中級水泳	初級水泳	初級水泳
背泳ぎ	クロール	背泳ぎ	平泳ぎ	平泳ぎ
(土) 12:15~ 大石	(日) 12:00~ 村上			
中級水泳	初級水泳			
クロール	クロール			

【週替り】

(水) 14:45~ 飯島		(土) 12:55~ 大石	
スイム週替り		スイム週替り	
6日	500	2日	500
13日	600	9日	600
20日	700	16日	700
27日	800	23日	800
		30日	800