

スイミングレッスン 4月スケジュール

月	火	水	木	金	土
10:00～10:45 初級背泳ぎ		10:15～10:45 きれいにクロール		10:15～10:45 初級平泳ぎ	
14:00～14:45 初級クロール	14:00～14:45 きれいにバタフライ	14:00～14:45 初級平泳ぎ	14:00～14:45 四泳法レッスン	14:00～14:45 きれいに背泳ぎ	13:00～13:45 初級バタフライ
20:00～20:45 四泳法レッスン		20:00～20:45 初級クロール			16:30～17:30 マスターズスイマー

スイミングレッスン カテゴリ

1	初級背泳ぎ	初心者向け背泳ぎ中心のレッスン
2	初級クロール	初心者向けクロール中心のレッスン
3	初級平泳ぎ	初心者向け平泳ぎ中心のレッスン
4	初級バタフライ	初心者向けバタフライ中心のレッスン
5	きれいに背泳ぎ	中級者以上向け背泳ぎ中心のレッスン
6	きれいにクロール	中級者以上向けクロール中心のレッスン
7	きれいに平泳ぎ	中級者以上向け平泳ぎ中心のレッスン
8	きれいにバタフライ	中級者以上向けバタフライ中心のレッスン
9	四泳法レッスン	上級者向け四泳法練習やターン練習のレッスン
10	マスタースイマー	上級者向けインターバル練習を含むレッスン（スタート練習あり）
1ヶ月毎にレッスンの内容を更新します		