

# Fコース予定表

		4月		5月		6月		7月	
1	水		金	休館日		月	休館日	水	1
2	木		土			火		木	2
3	金		日			水		金	3
4	土	クロー ール	月	泳力強化		木	四種目	土	4
5	日		火			金		日	5
6	月		水			土		月	6
7	火		木			日		火	7
8	水		金			月		水	8
9	木		土			火		木	9
10	金		日			水		金	10
11	土	背泳ぎ	月	泳力強化		木	四種目	土	11
12	日		火			金		日	12
13	月		水			土		月	13
14	火		木			日		火	14
15	水		金			月		水	15
16	木		土			火		木	16
17	金		平泳ぎ		日	タイムどり			水
18	土	月			木		日	18	
19	日	火			金		月	19	
20	月	水			土		火	20	
21	火	木			日		水	21	
22	水	金			月		木	22	
23	木	バタフライ		土	タイムどり			火	日本泳法
24	金		日			水	金	24	
25	土		月			木	土	25	
26	日		火			金	日	26	
27	月		水			土	月	27	
28	火		木			日	火	28	
29	水		休館日	金				月	
30	木	土				火	木	30	
31		日					金	救助法	31

★ 休館日はトピレック行事予定表でもご確認下さい。

★ タイムどりは年3回で5月、9月、1月に行います。

★ 着衣水泳はその日の気候にあった服を持ってきて下さい。(服上下・靴下・靴)