

※週替わり・月替わり…インストラクターが週によって泳法を変えて実施します。
(インストラクターにより、基礎練習やドリルも含む泳法レッスンです)

月替わり泳法レッスン一覧						
	1月	2月	3月	4月	5月	6月
めざせ25m	背泳ぎ	平泳ぎ	クロール	バタフライ	背泳ぎ	平泳ぎ
めざせ25m+	平泳ぎ	クロール	バタフライ	背泳ぎ	平泳ぎ	クロール
めざせ50m	クロール	バタフライ	背泳ぎ	平泳ぎ	クロール	バタフライ
めざせ100m	バタフライ	背泳ぎ	平泳ぎ	クロール	バタフライ	背泳ぎ