

KSCタナベスポーツアカデミー 2024年10月7日~11月30日 成人プログラム

		10:00	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:45
月曜日	プール				中級 クロール 長野 45 25		水中ウォーク※ 長野 45 20		
	3レーン								
	4レーン								
火曜日	プール			初級 背泳ぎ 上原 10 40	中級 バタフライ 上原 45 25				
	3レーン								
	4レーン								
水曜日	プール				中級 平泳ぎ 田中 00 40		水中ウォーク※ 田中 45 20		
	3レーン								
	4レーン								
木曜日	プール			初級 クロール 長野 10 40	中級 背泳ぎ 長野 45 25				
	3レーン								
	4レーン								
金曜日	プール				スイムトレーニング 狩俣 45 25				
	3レーン								
	4レーン								

●10:00~14:45 プールの利用が可能となります。(月~金) ※7月22日~8月31日

※水中ウォークはプール手前 1・2レーンで行います。水中ウォーク中、3・4レーンでのフリースイム&ウォークは可能です。