

KSCタナベ 2025年4月1日～4月20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	3レーン			中級 平泳ぎ 佐々木 45 25		水中ウォーク※ 佐々木 45 20		
		4レーン							
火曜日	プール	3レーン		初級 バタフライ 佐々木 10 40	中級 クロール 佐々木 45 25				
		4レーン							
水曜日	プール	3レーン			中級 背泳ぎ 長野 00 40		水中ウォーク※ 長野 45 20		
		4レーン							
木曜日	プール	3レーン		初級 クロール 上原 10 40	中級 バタフライ 上原 45 25				
		4レーン							
金曜日	プール	2～4レーン			スイムトレーニング 狩俣 45 25				

●プール利用時間 10 : 00～14 : 45 (月～金)

※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。