

KSCタナベ 2025年7月30日～8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	3レーン			中級 背泳ぎ 佐々木		水中ウォーク※ 佐々木		
		4レーン			45 25		45 20		
火曜日	プール	3レーン		初級 クロール 上原	中級 バタフライ 上原				
		4レーン		10 40	45 25				
水曜日	プール	3レーン			中級 平泳ぎ 佐々木		水中ウォーク※ 佐々木		
		4レーン			00 40		45 20		
木曜日	プール	3レーン							
		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。