

2022年4月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
12:30-14:00 三軒茶屋（寒河江・松澤） 「バタフライ-キックで重心移動を覚えよう-」						
10	11	12	13	14	15	16
12:30-14:00 三軒茶屋（寒河江・松澤） 「背泳ぎ-沈まないためのキック練習-」						
17	18	19	20	21	22	23
12:30-14:00 三軒茶屋（寒河江・松澤） 「平泳ぎ-正しいキックで前に進もう-」						
24	25	26	27	28	29	30
休講						
1	2	メモ				