

# 8月 ITOMAN NISHIKOBE MASTARS CLASS Monthly Menu

1週目	8月1日(土)			8月2日(日)			8月3日(月)			8月4日(火)			8月6日(木)		
AM	初中級	磯野	BA	初中級	中村	BR	初級	林	FR				初中級	酒井	BR
	上級	徳田	IM	上級	徳田	BR							中級	上級	上級
	アスリート	(西田)		アスリート	林	FLY	上級	徳田	BR				アスリート	上根	FR
PM										初中級	徳田	BA	初中級	林	FR
										上級	林	FLY	上級	(西田)	
										アスリート	餅月	BA	アスリート	餅月	BA
2週目	8月8日(土)			8月9日(日)			8月10日(月)			8月11日(火)			8月13日(木)		
AM	初中級	磯野	BR	初中級	林	FR	初級	徳田					初中級	磯野	FR
	上級	徳田	IM	上級	餅月	FLY							中級	上級	上級
	アスリート	(西田)		アスリート	徳田	FR	上級	林					アスリート	上根	FLY
PM										初中級	餅月	BR	初中級	餅月	BA
										上級	徳田	BA	上級	(西田)	
										アスリート	林	BR	アスリート	林	BR
3週目	8月15日(土)			8月16日(日)			8月17日(月)			8月18日(火)			8月20日(木)		
AM	初中級	磯野	FR	初中級	中村	BA	初級	林	BR				初中級	酒井	BA
	上級	徳田	IM	上級	徳田	FR							中級	上級	上級
	アスリート	(山中)		アスリート	林	BA	上級	徳田	FLY				アスリート	上根	BR
PM				アスリート練習会						初中級	林	FR	初中級	林	BR
										上級	餅月	BR	上級	(西田)	
										アスリート	徳田	FR	アスリート	餅月	FLY
4週目	8月22日(土)			8月23日(日)			8月24日(月)			8月25日(火)			8月27日(木)		
AM	初中級	磯野	BA	初中級	餅月	BR	初級	徳田	FR				初中級	磯野	
	上級	徳田	IM	上級	林	BA							中級	上級	上級
	アスリート	(山中)		アスリート	徳田	BR	上級	林	BA				アスリート	上根	
PM										初中級	徳田	BA	初中級	餅月	
										上級	林	FR	上級	(西田)	
										アスリート	餅月	FLY	アスリート	林	

FLY→バタフライ BA→背泳ぎ BR→平泳ぎ FR→クロール IM→個人メドレー

※スクール事情により担当コーチが当日変更になる場合がございます。