

ワンポイントレッスン

日程	時間	種目	内容	担当
4月6日	12:30 ～ 13:15	平泳ぎ 	ターン後の 一掻き一蹴りを究めよう 	鈴木義 
4月13日	12:30 ～ 13:15	バタフライ 	水中ドルフィンキックに 挑戦! 	鈴木義 
4月20日	12:30 ～ 13:15	クロール 	楽に進むキックを 覚えよう 	桑原 
4月27日	12:30 ～ 13:15	背泳ぎ 	スピードアップを 目指そう! 	桑原 