


## 平成30年度 泳ぎやすい からだづくり

	日 程	時 間
第 1 回	4 月 1 2 日 (木)	午前11時00分～12時00分
第 2 回	5 月 1 0 日 (木)	午前11時00分～12時00分
第 3 回	6 月 1 4 日 (木)	午前11時00分～12時00分
第 4 回	7 月 1 2 日 (木)	午前11時00分～12時00分
第 5 回	8 月 9 日 (木)	午前11時00分～12時00分
第 6 回	9 月 1 3 日 (木)	午前11時00分～12時00分
第 7 回	1 0 月 1 1 日 (木)	午前11時00分～12時00分
第 8 回	1 1 月 8 日 (木)	午前11時00分～12時00分
第 9 回	1 2 月 1 3 日 (木)	午前11時00分～12時00分
第10回	1 月 1 0 日 (木)	午前11時00分～12時00分
第11回	2 月 1 4 日 (木)	午前11時00分～12時00分
第12回	3 月 1 4 日 (木)	午前11時00分～12時00分

※. ストレッチや体操が出来る 服装 で参加して下さい。(シューズは不要です)

※. 日程は予定であり、変更になる場合も有ります。(変更の場合は、告知します)