稲毛インター　EOコース　＜4月＞　月間練習予定表

今月のテーマ＝ターンと浮き上がりをしっかりおこなう！

担当：井森　／　藤木　／　村瀬　／　平田　／　肥田

日	月	火	水	木	金	土
3/28 練習休み	3/29 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 平泳ぎ練習 スタート強化	3/30 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 平泳ぎ練習 スタート強化	3/31 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 平泳ぎ練習 スタート強化	1　休館日 練習休み	2　休館日 練習休み	3　休館日 練習休み
4　休館日 練習休み	5　休館日 練習休み	6 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 背泳ぎ練習 ターン強化	7 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 背泳ぎ練習 ターン強化	8 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 背泳ぎ練習 ターン強化	9 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 背泳ぎ練習 ターン強化	10 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)16:50 水中)16:50～17:50 背泳ぎ練習 ターン強化
11 練習休み	12 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 バタフライ練習 ターン強化	13 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 バタフライ練習 ターン強化	14 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 バタフライ練習 ターン強化	15 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 バタフライ練習 ターン強化	16 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 バタフライ練習 ターン強化	17 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)16:50 水中)16:50～17:50 バタフライ練習 ターン強化
18 練習休み スクール内特別 記録会予定 （申込者のみ）	19 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 平泳ぎ練習 ターン強化	20 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 平泳ぎ練習 ターン強化	21 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 平泳ぎ練習 ターン強化	22 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 平泳ぎ練習 ターン強化	23 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 平泳ぎ練習 ターン強化	24 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)16:50 水中)16:50～17:50 平泳ぎ練習 ターン強化
25 練習休み	26 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターン強化	27 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターン強化	28 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターン強化	29 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターン強化	30 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターン強化	5/1 ﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞ 集合)16:50 水中)16:50～17:50 個人メドレー練習 ターン強化