

水泳ワンポイントレッスン・10月

日にち	曜日	個別レッスン内容	時間
10月 5日	水	何でも可	13:20~14:50

日にち	曜日	個別レッスン内容	時間
10月19日	水	ビデオ撮影 (解説なし)	13:20~14:50



警戒レベル 0



水中運動 (30分)・個別レッスン (60分)



警戒レベル 1



個別レッスンのみ (90分)

新型コロナウイルス感染症の警戒レベルの状況により内容が変わります