稲毛インター　EOコース　＜6月＞　月間練習予定表

今月のテーマ＝ターンの習得						
担当　：　井森　／　村瀬　／　肥田　／　鈴木						
日	月	火	水	木	金	土
7/3 練習休み	7/4 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 バタフライ練習 ターンの習得	7/5 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 バタフライ練習 ターンの習得	1 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 平泳ぎ練習 ターンの習得	2 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 平泳ぎ練習 ターンの習得	3 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 平泳ぎ練習 ターンの習得	4 プールサイド 集合) 16:50 水中)16:50～17:50 平泳ぎ練習 ターンの習得
5 練習休み	6 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターンの習得	7 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターンの習得	8 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターンの習得	9 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターンの習得	10 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターンの習得	11 プールサイド 集合) 16:50 水中)16:50～17:50 個人メドレー練習 ターンの習得
12 練習休み	13 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターンの習得	14 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターンの習得	15 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターンの習得	16 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターンの習得	17 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 個人メドレー練習 ターンの習得	18 プールサイド 集合) 16:50 水中)16:50～17:50 個人メドレー練習 ターンの習得
19 練習休み	20 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 自由形練習 ターンの習得	21 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 自由形練習 ターンの習得	22 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 自由形練習 ターンの習得	23 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 自由形練習 ターンの習得	24 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 自由形練習 ターンの習得	25 プールサイド 集合) 16:50 水中)16:50～17:50 自由形練習 ターンの習得
26 練習休み C級大会 （申込者のみ）	27 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 背泳ぎ練習 ターンの習得	28 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 背泳ぎ練習 ターンの習得	29 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 背泳ぎ練習 ターンの習得	30 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 背泳ぎ練習 ターンの習得	7/1 プールサイド 集合)17:50 水中)17:50～18:50 背泳ぎ練習 ターンの習得	7/2 プールサイド 集合) 16:50 水中)16:50～17:50 背泳ぎ練習 ターンの習得