

10月メニュー表

日	月	火	水	木	金	土
		休 館 日	1日 メニューマスタートズ	2日 はじめてマスタートズ	3日 メニューマスタートズ	4日
			チョイス	チョイス	S1	
			メニューマスタートズ	ショートスイム		メニューマスタートズ
			チョイス	クロール		バタフライ
5日 メニューマスタートズ	6日 ショートスイム		8日 メニューマスタートズ	9日 はじめてマスタートズ	10日 メニューマスタートズ	11日
S1	クロール		S1	S1	チョイス	
			メニューマスタートズ	ショートスイム		メニューマスタートズ
			S1	平泳ぎ		背泳ぎ
12日 メニューマスタートズ	13日 ショートスイム		15日 メニューマスタートズ	16日 はじめてマスタートズ	17日 メニューマスタートズ	18日
チョイス	平泳ぎ		バタフライ	バタフライ	クロール	
			メニューマスタートズ	ショートスイム		メニューマスタートズ
			バタフライ	背泳ぎ		平泳ぎ
19日 メニューマスタートズ	20日 ショートスイム		22日 メニューマスタートズ	23日 はじめてマスタートズ	24日 メニューマスタートズ	25日
個人メドレー	背泳ぎ		背泳ぎ	背泳ぎ	平泳ぎ	
			メニューマスタートズ	ショートスイム		メニューマスタートズ
			背泳ぎ	バタフライ		クロール
26日 メニューマスタートズ	27日 ショートスイム		29日 メニューマスタートズ	30日 はじめてマスタートズ	31日 メニューマスタートズ	
クロール	バタフライ		平泳ぎ	平泳ぎ	背泳ぎ	
			メニューマスタートズ	ショートスイム		
			平泳ぎ	クロール		