

8月のスケジュール - IV

夏季集中Lm2

8/20, 27 (Thu) 5:30 ~ 6:30 kids x Jr, 6:30 ~ 7:30 Team vs Jr or Sr, CV
 7:30 ~ 9:00 Sr Team

22, 29 (Sat.) 2:30 ~ 3:30 Jr Team vs Jr or kids, Jr.
 2:30 ~ 4:30 Jr Team, 4:30 ~ 5:30 Team vs Jr or Sr, CV
 5:40 ~ 7:00 Sr Team

両宮水泳クラブ

8/19, 26 3:15 ~ 3:45 バドミントン, 4:30 ~ 5:30 ジュニア
 7:30 ~ 8:30 ジュニア

蓮花クラブ

8/18. 6:00 ~ 9:00 at 豊島
 24 " " at 大塚駅中央47"

青森

8/21, 28 7:00 ~ 9:00 at 伊豆 (6:00 ~ 伊豆可)

蓮花クラブ

8/1 (Sat) 4:00 ~ 7:00 at 伊豆
 23 (Sun) 1:00 ~ 3:30 at 千原 2
 30 (Sun) 11:30 ~ 3:00 at 千原

8/30 Bodywork は 伊豆にて Sr Team & Body 1289 20h.