

# 10月メニュー表

日	月	火	水	木	金	土	
		休 館 日	2日 メニューマスターズ	3日 はじめてマスターズ	4日 メニューマスターズ	5日	
			クロール	クロール	平泳ぎ		
			メニューマスターズ			メニューマスターズ	
			クロール			平泳ぎ	
6日 メニューマスターズ	7日 ショートスイム			9日 メニューマスターズ	10日 はじめてマスターズ	11日 メニューマスターズ	12日
チョイス	クロール			チョイス	チョイス	個人メドレー	
				メニューマスターズ			メニューマスターズ
				チョイス			個人メドレー
13日 メニューマスターズ	14日 ショートスイム			16日 メニューマスターズ	17日 はじめてマスターズ	18日 メニューマスターズ	19日
背泳ぎ	平泳ぎ			平泳ぎ	平泳ぎ	背泳ぎ	
				メニューマスターズ			メニューマスターズ
				平泳ぎ			背泳ぎ
20日 メニューマスターズ	21日 ショートスイム			23日 メニューマスターズ	24日 はじめてマスターズ	25日 メニューマスターズ	26日
個人メドレー	背泳ぎ			背泳ぎ	背泳ぎ	クロール	
				メニューマスターズ			メニューマスターズ
				背泳ぎ			クロール
27日 メニューマスターズ	28日 ショートスイム			30日 メニューマスターズ	31日 はじめてマスターズ		
バタフライ	バタフライ			バタフライ	バタフライ		
				メニューマスターズ			
				バタフライ			