

TRASOLキッズ2023年7月日程表

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
ラン 17:30～18:30 桃園運動場(西側)	スイム 18:00～19:15 桃園プール	ラン 17:30～18:30 桃園プール前		お休み		
10	11	12	13	14	15	16
ラン 17:30～18:30 桃園運動場(西側)	お休み	ラン 17:30～18:30 桃園プール前		お休み		
17	18	19	20	21	22	23
お休み	お休み	ラン 17:30～18:30 桃園プール前		スイム 18:00～19:15 桃園プール		
24	25	26	27	28	29	30
ラン 17:30～18:30 桃園運動場(西側)	スイム 18:00～19:15 桃園プール	ラン 17:30～18:30 桃園プール前		お休み		
31	* 変更の場合は連絡いたします。					
お休み	* 水曜日が雨の場合は桃園スタジオで行います。					
	* 7日は桃園プール休館のためお休みします。					
	* 11日～18日は世界水泳代表選手利用のため桃園プールが休館となりスイムはお休みします。					
	* 28日は桃園プール休館のためお休みします。					

水分をこまめに摂って運動しよう！！

