برنامج السباحة للرجال

إبريـل ٢٠١٩

السبت	الأحد	الأثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس
سباحة حرة ٠٦:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٦:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٦:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٦:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٦:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٦:٠٠ مساءاً
سباحة حرة ٠٧:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٧:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٧:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٧:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٧:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٧:٠٠ مساءاً
اللياقة المائية ٠٧:٠٠ مساءاً إلينا	رياضة بحرية ٠٧:٠٠ مساءاً سومان	السباحة المتقدمة ٠٧:٠٠ مساءاً آننا	رياضة القوة المائية ٠٧:٠٠ مساءاً إلينا	الحركة في الماء ٠٧:٠٠ مساءاً سومان	صف مفتوح ٤ إبريل تطوير السباحة ٠٧:٠٠ مساءاً سيلينا
سباحة حرة ٠٨:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٨:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٨:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٨:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٨:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٨:٠٠ مساءاً
تطوير السباحة ٠٨:٠٠ مساءاً إلينا	تطوير السباحة ٠٨:٠٠ مساءاً سومان	التباتا المائية ٠٨:٠٠ مساءاً آننا	تطوير السباحة ٠٨:٠٠ مساءاً إلينا	السباحة المتقدمة ٠٨:٠٠ مساءاً سومان	التدريب المائي المتتالي ٠٨:٠٠ مساءاً سيلينا
سباحة حرة ٠٩:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٩:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٩:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٩:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٩:٠٠ مساءاً	سباحة حرة ٠٩:٠٠ مساءاً