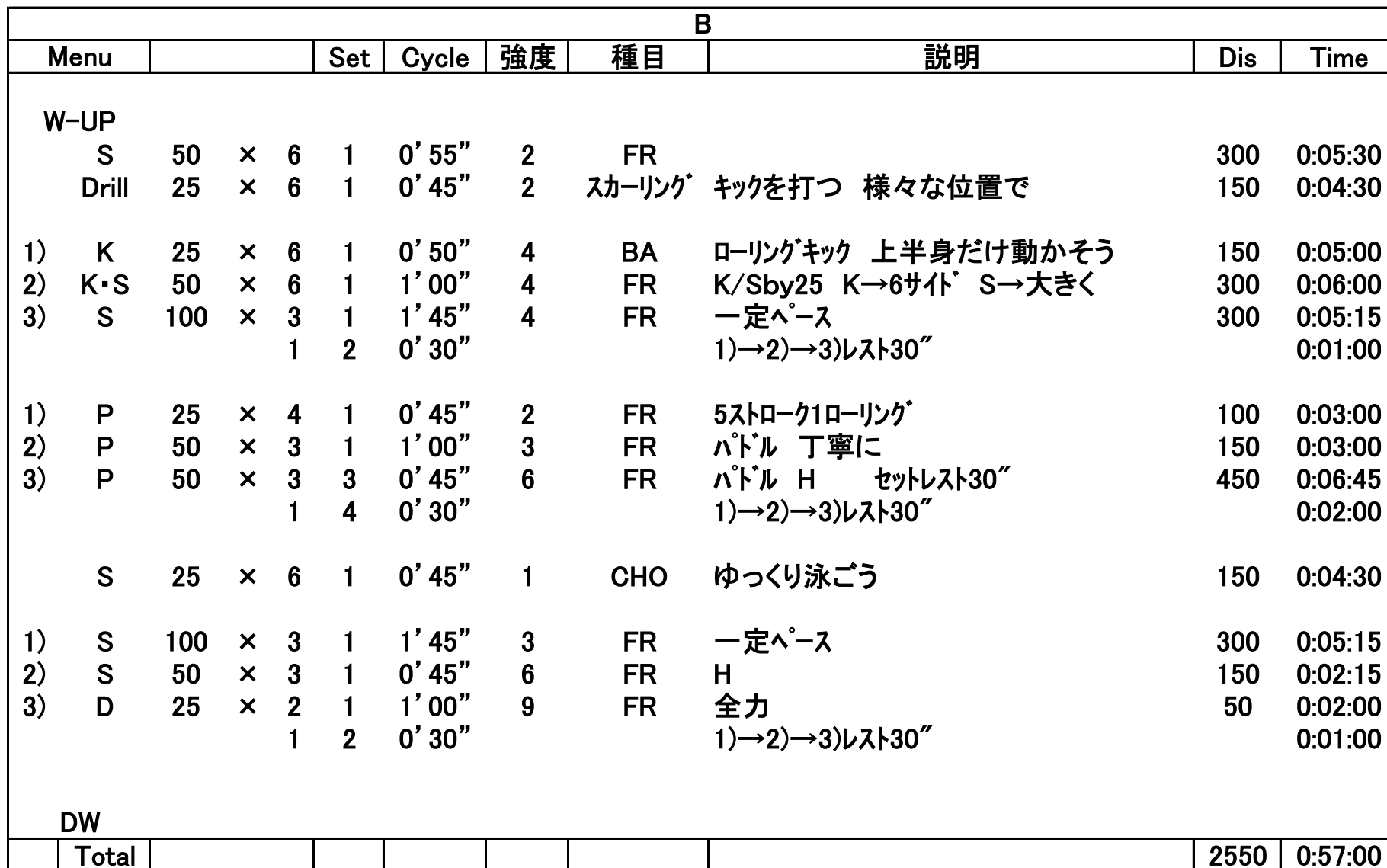


[illegible]





【テーマ】

調整期A

耐乳酸

速く、強い 比較的持続できる

8/30 土曜日

【泳法注意】

ローリング

【主觀的強度】

6

[illegible]

8/30 土曜日

【泳法注意】

ローリング

【主觀的強度】

6

【テーマ】

調整期A

耐乳酸

速く、強い 比較的持続できる

[illegible]

8/30 土曜日

【泳法注意】

ローリング・

【主觀的強度】

6

調整期A

耐乳酸

速く、強い 比較的持続できる

[illegible]