

## 24년 4월 소사국민체육센터 수영 (예상)강습진도표

구분	강습 시간	요일	강사명	강습반	강습진도	구분	강습 시간	요일	강사명	강습반	강습진도	
새 벽 반	06:00 ~ 06:50	월 수 금	김*혁	마스터	지구력훈련 및 영법교정, 오리발(화,목)	성 인 반	15:00 ~ 15:50	월 수 금	반*희	연수A	지구력훈련 및 영법교정, 오리발(수)	
			함*혜	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(월)				백*현	고급	양팔접영 및 자유형 팔끄기	
			윤*수	연수B	영법교정 및 숙달, 오리발(월)				조*희	중급	자유형 콤비 및 배영 발차기	
			이*민	교정	영법교정, 오리발(금)							
			김*규	상급	평영발차기							
		화 목	김*혁	마스터	지구력훈련 및 영법교정, 오리발(화,목)		어 린 이 반	16:00 ~ 16:50	월 수 금	반*희	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(수)
			윤*수	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발					백*현	고급	양팔접영
			함*혜	교정	영법교정, 오리발(화)					박*영	상급	접영 발차기 및 한팔접영
			김*규	고급	양팔접영					조*희	중급	자유형 숙달 및 배영 콤비
			이*민	중급	자유형 콤비 및 배영 발차기							
	07:00 ~ 07:50	월 수 금	이*민	마스터	지구력 훈련 및 영법교정, 오리발(월)	17:00 ~ 17:50		화 목	조*희	고급	양팔접영 및 자유형 팔끄기	
			김*규	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(월)				백*현	상급	평영 발차기	
			윤*수	연수B	영법교정, 오리발(월)				박*영	초급	물 적응 및 자유형 기초	
			김*혁	고급	한팔접영							
			함*혜	중급	자유형 콤비 및 배영 발차기							
		화 목	이*민	마스터	지구력 훈련 및 영법교정, 오리발(월)		19:00 ~ 19:50	월 수 금	백*현	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(수)	
			김*규	연수A(교)	영법교정 및 숙달, 오리발(화)				반*희	연수B	영법교정 및 숙달, 오리발(수)	
			김*혁	고급	한팔접영				박*영	교정	접영 교정 및 자유형 팔끄기	
			윤*수	상급	배영 콤비 및 평영 발차기				조*희	고급	양팔접영 및 자유형 팔끄기	
			함*혜	초급	물 적응 및 자유형 기초							
성 인 반	09:00 ~ 09:50	월 수 금	백*현	마스터	지구력훈련 및 영법교정, 오리발(금)	저 녁 반		19:00 ~ 19:50	화 목	박*영	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(화)
			한*분	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(금)					반*희	연수B	영법교정 및 숙달, 오리발(화)
			왕*은	연수B	영법교정 및 숙달, 오리발(금)					백*현	교정	자유형 팔끄기
			김*화	고급	한팔접영					조*희	상급	배영 콤비 및 평영 발차기
			민*준	상급	평영 발차기							
		화 목	백*현	마스터	지구력훈련 및 영법교정, 오리발(금)		20:00 ~ 20:50	월 수 금	정*진	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(월)	
			한*분	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(화)				송*석	연수B	영법교정 및 오리발(월)	
			왕*은	교정	영법교정 및 오리발(화)				김*호	교정	자유형 팔끄기	
			김*화	고급	양팔접영 및 자유형 팔끄기				오*환	상급	평영 콤비	
									조*희	중급	자유형 콤비 및 배영 발차기	
	10:00 ~ 10:50	월 수 금	김*화	마스터	지구력훈련 및 영법교정, 오리발(월)	20:00 ~ 20:50		화 목	오*환	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(화)	
			백*현	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(수)				송*석	교정	접영 숙달 및 오리발(화)	
			한*분	연수B	영법교정 및 숙달, 오리발(금)				정*진	고급	접영 발차기	
			왕*은	교정	영법교정, 오리발(금)				김*호	상급	배영 콤비 및 평영 발차기	
			민*준	고급	양팔접영 및 자유형 팔끄기				조*희	초급	물 적응 및 자유형 기초	
		화 목	김*화	마스터	지구력훈련 및 영법교정, 오리발(월)		20:00 ~ 20:50	월 수 금	김*호	마스터	지구력훈련 및 영법교정, 오리발(월)	
			민*준	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(목)				송*석	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(월)	
			백*현	교정	영법교정, 오리발(목)				오*환	연수B	영법교정 및 숙달, 오리발(월)	
			한*분	상급	평영 발차기				정*진	교정	영법교정 및 오리발(월)	
									조*희	상급	평영 콤비	
11:00 ~ 11:50	월 수 금	민*준	마스터	영법교정 및 숙달, 오리발(월)	20:00 ~ 20:50	화 목		김*호	마스터	지구력훈련 및 교정, 오리발 및 스노쿨(목)		
		김*화	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(월)				오*환	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(화)		
		한*분	교정	영법교정, 오리발(금)				송*석	연수B	영법교정 및 숙달, 오리발(화)		
		백*현	고급	접영 숙달 및 오리발(월)				정*진	교정	영법교정 및 오리발(화)		
								조*희	상급	평영 콤비		
	화 목	민*준	마스터	영법교정 및 숙달		※ 진도 순서						
		한*분	연수A	영법교정 및 숙달, 오리발(목)								
		김*화	교정	양팔접영 및 자유형 팔끄기								
		백*현	고급	한팔접영								

**※ 각 반별, 시간별 특성상 진도가 다소 상이할 수 있으니 유의하시기 바라며,  
담당강사/관계자와 상담 후 접수 하시기 바랍니다.**