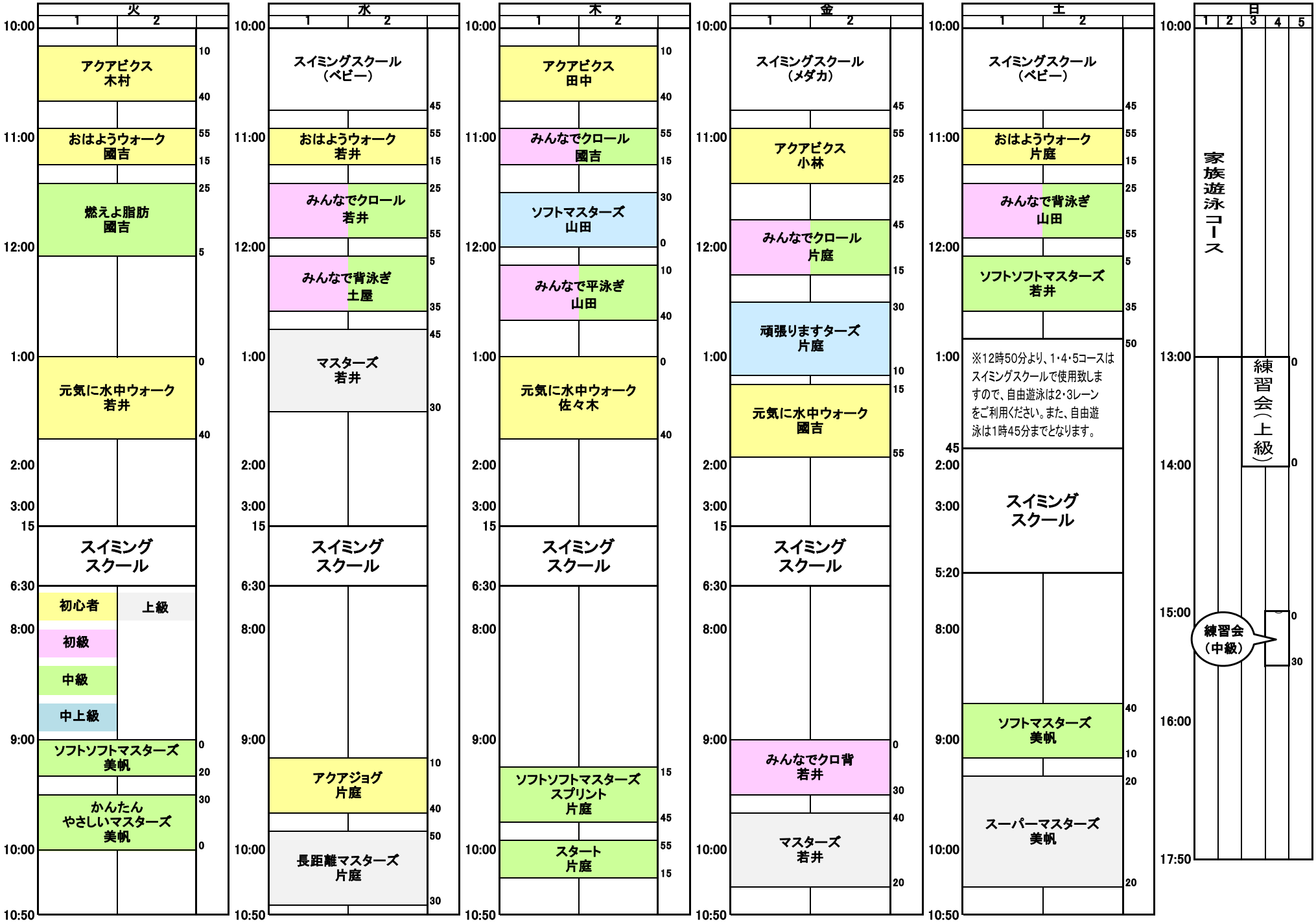2019年・2020年　12月～1月プールレッスンスケジュール