

平成31年 2月度

イトマンスイミングスクール 玉出校

日 曜日	選手クラス					選手研修・育成クラス		行事予定
	三原クラス	猿川クラス	山中クラス	板野クラス	黒川クラス	研修クラス	育成クラス	
1 (金)	18:30~20:10		18:30~20:10	18:30~20:10	18:30~20:10	16:10~17:20	16:10~17:20	
2 (土)	7:30~9:00 18:30~20:30	7:30~9:00 18:30~21:00	6:30~8:30 18:30~20:30	6:30~8:30 18:30~20:30	7:00~9:00	15:00~16:10(猿川) 16:10~17:20	OFF	
3 (日)	7:30~9:30	7:00~9:00	6:30~8:15 14:30~16:30	6:30~8:15	6:30~8:15	OFF	OFF	
4 (月)	18:30~20:30	18:30~21:00	18:30~20:30	18:30~20:30	OFF	16:10~17:20	OFF	
5 (火)	18:30~20:10	18:30~20:10	OFF	18:30~20:10	18:30~20:10	17:20~18:30	16:10~17:20	
6 (水)	18:30~20:30	18:30~21:00	18:30~20:30	OFF	18:30~20:30	OFF	15:00~16:10	
7 (木)	18:30~20:10	OFF	18:30~20:10	18:30~20:10	18:30~20:10	16:10~17:20 17:20~18:30	OFF	
8 (金)	OFF	18:30~20:10	18:30~20:10	18:30~20:10	18:30~20:10	16:10~17:20	16:10~17:20	
9 (土)	7:30~9:00	試合	試合	試合	試合	※15:00~16:10(板野)	OFF	わかやまオープン(秋葉山)
10 (日)	6:30~8:15	試合	試合	試合	試合	OFF	OFF	↓
11 (月)	7:30~9:30	OFF	8:00~10:00	8:00~10:00	OFF	10:00~11:00		
12 (火)	18:30~20:10	18:30~20:10	OFF	18:30~20:10	18:30~20:10	17:20~18:30	16:10~17:20	
13 (水)	18:30~20:30	18:30~21:00	18:30~20:30	OFF	18:30~20:30	OFF	15:00~16:10	
14 (木)	18:30~20:10	OFF	18:30~20:10	18:30~20:10	18:30~20:10	16:10~17:20 17:20~18:30	OFF	
15 (金)	OFF	18:30~20:10	18:30~20:10	18:30~20:10	18:30~20:10	16:10~17:20	16:10~17:20	
16 (土)	7:30~9:00 18:30~20:30	7:30~9:00 18:30~21:00	7:30~9:00 18:30~20:30	7:00~9:00 18:30~20:30	7:00~9:00	15:00~16:10 16:10~17:20	OFF	
17 (日)	7:30~9:30	7:00~9:00	6:30~8:15(黒川)	6:30~8:15	6:30~8:15	校内記録会	校内記録会	和歌山地域AA級大会 短・長水路(秋葉山) 校内記録会
18 (月)	18:30~20:30	18:30~21:00	18:30~20:30	18:30~20:30	OFF	16:10~17:20	OFF	
19 (火)	18:30~20:10	18:30~20:10	OFF	18:30~20:10	18:30~20:10	17:20~18:30	16:10~17:20	
20 (水)	18:30~20:30	18:30~21:00	18:30~20:30	OFF	18:30~20:30	OFF	15:00~16:10	
21 (木)	18:30~20:10	OFF	18:30~20:10	18:30~20:10	18:30~20:10	16:10~17:20 17:20~18:30	OFF	
22 (金)	OFF	18:30~20:10	18:30~20:10	18:30~20:10	18:30~20:10	16:10~17:20	16:10~17:20	
23 (土)	7:30~9:00 18:30~20:30	7:30~9:00 18:30~21:00	7:00~9:00 18:30~20:30	7:00~9:00 18:30~20:30	7:00~9:00	15:00~16:10 16:10~17:20	OFF	
24 (日)	7:30~9:30	7:00~9:00	6:30~8:15	6:30~8:15	6:30~8:15	OFF	OFF	大阪強化練習会(ラクタブドーム)
25 (月)	18:30~20:30	18:30~21:00	18:30~20:30	18:30~20:30	OFF	16:10~17:20	OFF	
26 (火)	18:30~20:10	18:30~20:10	OFF	18:30~20:10	18:30~20:10	17:20~18:30	16:10~17:20	
27 (水)	18:30~20:30	18:30~21:00	18:30~20:30	OFF	18:30~20:30	OFF	15:00~16:10	
28 (木)	18:30~20:10	OFF	18:30~20:10	18:30~20:10	18:30~20:10	16:10~17:20 17:20~18:30	OFF	

風邪が流行っています。手洗いうがいをして体調管理に努めましょう。

JOに向けて最終予選会があります。練習の成果を十分に発揮できるように頑張りましょう。

研修・育成クラスは校内記録会があります。選手及び研修クラスに上がれるように頑張りましょう。