

2026年11月

練習スケジュール

月 日	曜日	競技会及び行事	選手Aクラス (釣谷)	選手Bクラス (佐藤)	研修クラスA	研修クラスB	A-3 育成	A-2 育成
1	日	東京スイミングセンター招待	7:00～8:30 (上石神井校)		休	休	休	休
2	月	東京スイミングセンター招待	18:30～20:30 (上石神井校)		休		15:00～16:10	15:00～16:10
3	火	東京スイミングセンター招待	試合/休	試合/休	休		休	休
4	水		18:30～20:00	18:30～20:00	17:20～18:30			15:00～16:10
5	木		19:00～21:00	18:30～20:30	17:20～19:00		16:10～17:20	15:00～16:10
6	金		19:00～21:00	18:30～20:30	17:20～19:00		16:10～17:20	休
7	土		7:00～9:00	7:00～9:00	休	休	休	休
8	日	都県選抜 予選	試合	試合/休	休	休	休	休
9	月		休	18:30～20:00	17:20～18:30		16:10～17:20	15:00～16:10
10	火		18:30～20:30	休	18:30～20:30	17:20～19:00	休	休
11	水		18:30～20:00	18:30～20:00	17:20～18:30			15:00～16:10
12	木		19:00～21:00	18:30～20:30	17:20～19:00		16:10～17:20	15:00～16:10
13	金		19:00～21:00	18:30～20:30	17:20～19:00		16:10～17:20	休
14	土		6:00～8:00	6:00～8:00	休	休	休	休
15	日	北部公認記録会	試合	試合/休	休	休	休	休
16	月		休	18:30～20:00	17:20～18:30		16:10～17:20	15:00～16:10
17	火		18:30～20:30	休	18:30～20:30	17:20～19:00	休	休
18	水		18:30～20:00	18:30～20:00	17:20～18:30			15:00～16:10
19	木		19:00～21:00	18:30～20:30	17:20～19:00		16:10～17:20	15:00～16:10
20	金		19:00～21:00	18:30～20:30	17:20～19:00		16:10～17:20	休
21	土		7:00～9:00	7:00～9:00	休	休	休	休
22	日		6:30～8:00	6:30～8:00	休	休	休	休
23	月		休	7:00～9:00	9:00～10:00		9:00～10:00	休
24	火		18:30～20:30	休	18:30～20:30	17:20～19:00	休	休
25	水		18:30～20:00	18:30～20:00	17:20～18:30			15:00～16:10
26	木		19:00～21:00	18:30～20:30	17:20～19:00		16:10～17:20	15:00～16:10
27	金		19:00～21:00	18:30～20:30	17:20～19:00		16:10～17:20	休
28	土	ブロック対抗	試合	試合/休	休	休	休	休
29	日	ブロック対抗	試合	試合/休	休	休	休	休
30	月		休	18:00～20:00	17:00～18:00		17:00～18:00	休

※ 変更になる場合もございますので、HP・Instagramをご確認ください。

※ フロントでの手続きは、月曜日～土曜日 10:30～18:30 日曜日 8:30～14:00 の受付時間内に行ってください。

★ 選手Bクラスの小学2年生は木曜日・金曜日は20:00までになります。

★ 11月1日(日)2日(月)小学3年生以上の選手は上石神井校での練習となります。

★ 11月2日(月)A-3育成の練習時間を15:00～16:10に変更しました。

参加可能な生徒はご参加ください。