

# 2026年7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 (釣谷)	選手Cクラス (佐藤)	選手Dクラス (釣谷)	研修クラスA	研修クラスB	A-3 育成	A-2 育成
1	水		18:30~20:00	休/18:30~20:00	18:30~20:00	休/18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30		15:00~16:10
2	木		19:00~21:00	18:30~20:30	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	15:00~16:10
3	金		6:00~7:30	18:30~20:30	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	休
4	土	swim meet	試合/休				休	休	休	休
5	日	swim meet	試合/休				休	休	休	休
6	月		休/18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30		16:10~17:20	15:00~16:10
7	火		19:00~21:00	18:30~20:30	休/18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	休
8	水		18:30~20:00	休/18:30~20:00	18:30~20:00	休/18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30		15:00~16:10
9	木		19:00~21:00	18:30~20:30	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	15:00~16:10
10	金		19:00~21:00	18:30~20:30	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	休
11	土	都中学	試合/休	6:30~8:30	6:30~8:30	6:30~8:00	休	休	休	休
12	日	都中学	試合/6:30~8:00	6:30~8:00	6:15~8:15	6:30~8:00	休	休	休	休
13	月		休/18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30		16:10~17:20	15:00~16:10
14	火		19:00~21:00	18:30~20:30	休/18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	休
15	水		18:30~20:00	休/18:30~20:00	18:30~20:00	休/18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30		15:00~16:10
16	木		19:00~21:00	18:30~20:30	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	15:00~16:10
17	金		19:00~21:00	18:30~20:30	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	休
18	土		休/6:30~8:30	6:30~8:30	6:30~8:30	6:30~8:00	休	休	休	休
19	日	関東高校	試合/6:30~8:00	6:30~8:00	6:15~8:15	6:30~8:00	休	休	休	休
20	月	関東高校	試合/8:00~10:00	8:00~10:00	7:00~9:00	7:00~9:00	9:00~10:00		休	休
21	火	関東高校	試合/19:00~21:00	18:30~20:30	休/18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	休
22	水		18:30~20:00	休/18:30~20:00	18:30~20:00	休/18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30		15:00~16:10
23	木		19:00~21:00	18:30~20:30	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	15:00~16:10
24	金		19:00~21:00	18:30~20:30	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	休
25	土	JO予選	試合/休				休	休	休	休
26	日	JO予選	試合/休				休	休	休	休
27	月		休/18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30		16:10~17:20	15:00~16:10
28	火		19:00~21:00	18:30~20:30	休/18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~19:00		16:10~17:20	休
29	水		7:30~9:30	休/7:30~9:30	6:30~8:30	休/7:30~9:00	休	休	休	休
30	木		7:30~9:30	7:30~9:30	6:30~8:30	7:30~9:00	8:30~9:30	8:30~9:30	8:30~9:30	休
31	金		7:30~9:30	7:30~9:30	6:30~8:30/ タイムトライアル	17:00~タイムトライアル				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。

※ 7月31日(金)にタイムトライアルを実施いたします。

選手Cクラスに関しましては、7月25日(土)26日(日)のJO予選に未出場の選手のみタイムトライアルに参加可能です。

※毎週水曜日 研修Aクラスは18:30~20:00で練習を実施致します。