

# 選手クラス練習スケジュール 5度

日	曜日	競技会及び行事	猿川クラス (小5以上)		福田クラス (小学4年生以下)		岡野クラス (泳力養成)		研修クラス	
			午前	午後	午前	午後	午前	午後	猿川	
1	月			18:30-20:30	OFF			18:30-20:30	17:20-18:30	
2	火		OFF			18:30-20:30		18:30-20:30	OFF	
3	水		7:00-9:00	14:00-16:00	7:00-9:00	13:00-15:00	OFF		9:00-10:30	
4	木		7:00-9:00	14:00-16:00	7:00-9:00	13:00-15:00	9:00-11:00	15:00-17:00	9:00-10:30	
5	金	イトマンOP (TAC)	イOP組9:00-10:30 以外:7:00-9:00				7:00-9:00			9:00-10:30
6	土	↓	7:30-9:30				7:30-9:30			※OFF
7	日	↓	7:00-8:30/14:00-16:00				6:30-8:30			OFF
8	月			18:30-20:30	OFF			18:30-20:30	17:20-18:30	
9	火		OFF			18:30-20:30		18:30-20:30	OFF	
10	水			18:30-20:00		18:30-20:00	OFF		17:20-18:30	
11	木			18:30-20:30		18:30-20:30		18:30-20:30	17:20-18:30	
12	金			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:20-18:30	
13	土		7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		16:20-17:30	
14	日		7:00-8:30/14:00-16:00				6:30-8:30			OFF
15	月			18:30-20:30	OFF			18:30-20:30	17:20-18:30	
16	火		OFF			18:30-20:30		18:30-20:30	OFF	
17	水			18:30-20:00		18:30-20:00	OFF		17:20-18:30	
18	木			18:30-20:30	7:00-9:00	18:30-20:30		18:30-20:30	17:20-18:30	
19	金	西日本年齢別 (熊本)	18:30-20:00					18:30-20:00		17:20-18:30
20	土	↓	7:30-9:30				7:30-9:30			※OFF
21	日	↓	7:00-8:30/14:00-16:00				6:30-8:30			OFF
22	月			18:30-20:30	OFF			18:30-20:30	17:20-18:30	
23	火		OFF			18:30-20:30		18:30-20:30	OFF	
24	水			18:30-20:00		18:30-20:00	OFF		17:20-18:30	
25	木			18:30-20:30		18:30-20:30		18:30-20:30	17:20-18:30	
26	金			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:20-18:30	
27	土		7:30-9:30	19:20-20:30 (試合)	8:00-9:30		7:30-9:30		16:20-17:30	
28	日	北九州OPEN	不参加組7:00-8:30/14:00-16:00				試合			OFF
29	月			18:30-20:30	18:30-20:30 (合同:岡野)					17:20- (TT)
30	火		OFF							
31	水			※18:30-20:30	18:30-20:30 (合同:福田)					17:20- (TT)

☆ 練習スケジュールについてはHPに掲載致します。変更の場合は各担当コーチよりお伝え致します。

☆ スマートフォン、貴重品はコーチ室の貴重品ボックスに入れて下さい

☆ HPや館内掲示で個人名・写真を使用する場合があります。予めご了承下さい

☆ 遠征に伴い練習予定が変わっておりますので要確認願います。