

選手クラス練習スケジュール 1月度

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	水		OFF							
2	木		15:00-17:00（猿川クラスはFP）							OFF
3	金		10:00-12:00（福田・岡野） / 13:00-15:00（猿川） / 15:00-17:00（自由開放）							OFF
4	土		7:00-8:30	19:20-21:00	7:00-8:30		7:00-8:30		16:20-17:30	
5	日	長水路練習会	7:00-8:30				7:00-8:30		OFF	
6	月	長水路練習会	18:30-20:30（長水路不参加者）			OFF		18:30-20:30	17:20-18:30	
7	火			OFF		18:30-20:30		18:30-20:30	OFF	
8	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:20-18:30	
9	木			18:30-20:30		18:30-20:30		OFF	17:20-18:30	
10	金			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:20-18:30	
11	土			19:20-20:30	6:30-8:00		6:30-8:00		16:20-17:30	
12	日	新年フェスティバル	7:00-8:30 / 14:00-16:00				7:00-8:30		OFF	
13	月		10:00-12:00			OFF	8:00-10:00		9:00-10:00	
14	火			OFF		18:30-20:30		18:30-20:30	OFF	
15	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:20-18:30	
16	木			18:30-20:30		18:30-20:30		OFF	17:20-18:30	
17	金			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:20-18:30	
18	土	県JO	県JO					19:20-20:40	※OFF	
19	日	県JO	県JO				7:00-8:30		OFF	
20	月			18:30-20:30		OFF		18:30-20:30	17:20-18:30	
21	火			OFF		18:30-20:30		18:30-20:30	OFF	
22	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:20-18:30	
23	木		18:30-20:30					OFF	17:20-18:30	
24	金			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:20-18:30	
25	土		7:30-9:30	19:20-21:00	6:30-8:00		6:30-8:00		16:20-17:30	
26	日	小学生県強化	7:00-8:30(猿川はOFF) / 14:00-16:00（小4以上）				7:00-8:30		OFF	
27	月			18:30-20:30		OFF		18:30-20:30	17:20-18:30	
28	火			OFF		18:30-20:30		18:30-20:30	OFF	
29	水			18:30-20:30	18:30-20:30（岡野クラス-20:00）				TT17:20-	
30	木		18:30-20:30（九州カップ組のみ）					OFF	OFF	
31	金			18:30-20:30		18:30-20:00		18:30-20:00	TT17:20-	

☆ 2025年 「アスリートとしての人間力の成長」

☆ 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

☆ 冬イベントがあるため土曜日の練習時間が早まります。ご了承下さい

イトマンSS福岡マリナタウン校