

2026年 9月
 選手練習スケジュール

基本練習時間	曜 日	後藤	佐藤	戸井田	水野	天沼	研修クラス	育成(A-3)	育成(A-2)
	月曜日	18:30～20:10	18:30～20:10	18:30～20:10	18:30～20:10	OFF	17:20～18:30	16:20～17:30	15:20～16:30
	火曜日	OFF	18:30～20:30	18:30～20:30	18:30～21:00	18:30～20:30	17:20～19:00	16:20～17:30	15:20～16:30
	水曜日	18:30～20:10	18:30～20:10	18:30～20:10	OFF	18:30～20:10	17:20～18:30	16:20～17:30	15:20～16:30
	木曜日	18:30～20:30	18:30～21:00	OFF	18:30～20:30	18:30～21:00	17:20～19:00	16:20～17:30	15:20～16:30
	金曜日	18:30～20:30	OFF	18:30～20:30	18:30～21:00	18:30～21:00	17:20～18:30	16:20～17:30	15:20～16:30
	土曜日	6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	OFF	OFF	OFF
	日曜日	6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	OFF	OFF	OFF

1	火		OFF	○	○	○	○ ドライ	○	○	○
2	水		○	○	○	OFF	○	○	○	○
3	木		選手ミーティング	選手ミーティング	OFF	○	○ ウェイト	○	○	○
4	金		○	OFF	○	○	○ ドライ	○	○	○
5	土		○	○	○	○	○	OFF	OFF	OFF
6	日		○	○	○	○	○	OFF	OFF	OFF
7	月		○	○	○	○	OFF	○	○	○
8	火		OFF	○	○	○	○ ドライ	○	○	○
9	水		○	○	○	OFF	○	○	○	○
10	木		○	○	OFF	○	○ ウェイト	○	○	○
11	金		○	OFF	○	○	○ ドライ	○	○	○
12	土		○	○	○	○	○	OFF	OFF	OFF
13	日	校内記録会	○	○	○	○	○	OFF	OFF	試合
14	月		○	○	○	○	OFF	○	○	○
15	火		OFF	○	○	○	○ ドライ	○	○	○
16	水		○	○	○	OFF	○	○	○	○
17	木		○	○	OFF	○	○ ウェイト	○	○	○
18	金		○	OFF	○	○	○ ドライ	○	○	○
19	土		○	○	○	○	○	OFF	OFF	OFF
20	日	ジュニアスプリント(長)	試合	試合/OFF	○	○	○	試合	試合	OFF
21	月		OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
22	火		6:00～8:00	6:00～8:00	8:00～10:00	8:00～10:00	8:00～10:00	10:00～11:30	10:00～11:30	10:00～11:30
23	水	TA記録会	試合/未定	試合/未定	○	OFF	○	試合	試合	OFF
24	木		○	○	OFF	○	○ ウェイト	○	○	○
25	金		○	OFF	○	○	○ ドライ	○	○	○
26	土		○	○	○	○	○	OFF	OFF	OFF
27	日		○	○	○	○	○	OFF	OFF	OFF
28	月		○	○	○	○	OFF	○	○	○
29	火	月末休校	OFF	○	○	○	○ ドライ	○	○	○
30	水	月末休校	○	○	○	OFF	○	OFF	OFF	OFF

◇9月より昭和の森校より戸井田先生が着任されます。何卒よろしくお願い申し上げます。
 ◇TA記録会開催時間について・・・【開場】9:30～ となります。周知の程、よろしくお願いいたします。※詳細は追加要項をご確認ください。(約1週間前より配布します)
 ◇21日はイトマンマスタース水泳競技大会のため、スタッフ全員引率となります。練習はOFFとなります。申し訳ございません。