イトマンスイミングスクール 東伏見校
TEL:042-464-7170

2026年 12月　選手練習スケジュール

	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)
基本練習時間	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	18:30～20:45	OFF	18:30～20:30	18:30～20:30	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	18:30～20:30	17:20～18:30	16:20～17:30	15:20～16:30
	土曜日	6:00～8:00	6:00～8:00	6:30～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	OFF	OFF	OFF
	日曜日	6:00～8:00	6:00～8:00	6:30～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	OFF	OFF	OFF

1	火		OFF	○	○	○	○	○	○	○
2	水		○	○	○	OFF	○	○	○	○
3	木		○	○	OFF	○	○	○	○	○
4	金	JAPAN OPEN	○	OFF	○	○(戸井田クラス合同)	○(戸井田クラス合同)	OFF	OFF	OFF
5	土	JAPAN OPEN	○	○	(AQIT)17:30～19:30	(AQIT)17:30～19:30	(AQIT)17:30～19:30	OFF	OFF	OFF
6	日	JAPAN OPEN	○	○	(AQIT)16:00～18:00	(AQIT)16:00～18:00	(東伏見)6:00～8:00 (AQIT)16:00～18:00	OFF	OFF	OFF
7	月		○	○	○	○	OFF	○	○	○
8	火		OFF	○	○	○	○	○	○	○
9	水		○	○	○	OFF	○	○	○	○
10	木		○	○	OFF	○	○	○	○	○
11	金		○	OFF	○	○	○	○	○	○
12	土	都県対抗戦	○	試合/後藤クラス合同	6:30～8:00	試合/○	6:00～8:00	OFF	OFF	OFF
13	日	都県対抗戦・校内記録会	○	試合/後藤クラス合同	6:30～8:00	試合/○	(東伏見)6:00～8:00	OFF	OFF	試合
14	月		○	○	○	○	OFF	○	○	○
15	火		OFF	○	○	○	○	○	○	○
16	水	年間表彰(19:00～20:00)	年間表彰	年間表彰	年間表彰	年間表彰	年間表彰	○	○	○
17	木		○	○	OFF	○	○	○	○	○
18	金		○	OFF	○	○	○	○	○	○
19	土		○	○	AQIT(17:00～19:00)	(AQIT)17:00～19:00	(AQIT)17:00～19:00	OFF	OFF	OFF
20	日	西部タイムトライアル	試合	試合	試合	試合	(東伏見)6:30～8:00	試合	試合	OFF
21	月		○	○	○	○	OFF	○	○	○
22	火		OFF	○	○	○	○	○	○	○
23	水		○	○	○	OFF	○	○	○	○
24	木		○	○	OFF	○	○	○	○	○
25	金		○	OFF	○	○	○	○	○	○
26	土		○	後藤クラス合同	6:30～8:00	○	(東伏見)6:00～8:00	OFF	OFF	OFF
27	日	TA記録会	試合/○	試合/後藤クラス合同	6:30～8:00	○	(東伏見)6:00～8:00	試合	試合	試合
28	月		○	後藤クラス合同	○	○	OFF	OFF	OFF	OFF
29	火	休校日	7:00～9:00	後藤クラス合同	7:00～9:00	(東伏見)9:00～11:00 (東伏見)14:00～16:00	(東伏見)7:00～9:00 (東伏見)15:00～17:00	OFF	OFF	OFF
30	水	休校日	OFF	OFF	7:00～9:00	7:00～9:00	(東伏見)7:00～9:00	OFF	OFF	OFF
31	木	休校日	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF

2027年 1月

1	金	休校日	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
2	土	休校日	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
3	日	休校日	18:00～20:00	OFF	16:00～18:00	天沼クラス合同	16:00～18:00	OFF	OFF	OFF

・土日の朝練習が早い時間となります。
・練習予定は各担当コーチの判断により、変更となる場合があります。
・2026年もあと1か月。走り切ろう！