イトマンスイミングスクール 東伏見校
TEL:042-464-7170

2025年 8月　　選手練習スケジュール

	曜 日	後藤	佐藤	長村	天沼	研修クラス	育成(A-3)	育成(A-2)
基本練習時間	月曜日	18:30～20:30	18:30～20:30	18:30～20:30	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	18:30～20:30	17:20～19:00	16:20～17:30	15:20～16:30
	水曜日	18:30～20:30	18:30～20:30	18:30～20:30	18:30～20:30	17:20～18:30	16:20～17:30	15:20～16:30
	木曜日	18:30～20:30	18:30～20:30	OFF	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	18:30～20:30	17:20～18:30	16:20～17:30	15:20～16:30
	土曜日	7:00～9:00	7:00～9:00	7:00～9:00	7:00～9:00	OFF	OFF	OFF
	日曜日	7:00～9:00	7:00～9:00	7:00～9:00	7:00～9:00	OFF	OFF	OFF

1	金		○	OFF	○	○	○	○	○
2	土		6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	6:30～8:00	OFF	OFF	OFF
3	日	インハイ・全中合宿	6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	6:30～8:00	OFF	OFF	OFF
4	月	↓	○	○	○	OFF	○	○	○
5	火	↓	OFF	○	○	○	○	○	○
6	水	↓	○	○	○	○	○	○	○
7	木	↓	○	○	OFF	○	○	○	○
8	金	↓	○	OFF	○	○	○	○	○
9	土	↓	6:00～8:00	6:00～8:00	天沼クラス合同	6:30～8:00	OFF	OFF	OFF
10	日	↓	6:00～8:00	6:00～8:00	○	6:30～8:00	OFF	OFF	OFF
11	月	休校日　JBA合宿↓	9:00～11:00	9:30～11:30	OFF	OFF	11:30～12:30	11:30～12:30	11:30～12:30
12	火	↓　　↓	OFF	7:00～10:00	天沼クラス合同 9:00～11:30	9:00～11:30	11:30～12:30	11:30～12:30	11:30～12:30
13	水	↓　　↓	9:00～11:00	7:00～10:00	天沼クラス合同 9:00～11:30	9:00～11:30	11:30～12:30	11:30～12:30	11:30～12:30
14	木	↓JO合宿　↓	9:00～11:00	7:00～10:00	OFF	OFF	11:30～12:30	11:30～12:30	11:30～12:30
15	金	↓	○	OFF	○	○	OFF	OFF	OFF
16	土	↓　インターハイ	6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	OFF	OFF	OFF
17	日	↓　↓	6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	OFF	OFF	OFF
18	月	↓　↓	○	○	○	長村クラス合同	○	○	○
19	火	↓	OFF	○	○	OFF	○	○	○
20	水	↓	○	○	○	○	○	○	○
21	木		○	○	OFF	○	○	○	○
22	金	夏季JO	OFF	OFF	○	○	OFF	OFF	OFF
23	土	↓	OFF	○	○	○	OFF	OFF	OFF
24	日	↓	○	○	○	長村クラス合同	OFF	OFF	OFF
25	月	↓	○	○	○	長村クラス合同	○	○	○
26	火	↓	OFF	○	○	長村クラス合同	OFF	OFF	OFF
27	水		OFF	○	○	○	○	○	○
28	木		OFF	○	OFF	OFF	○	○	○
29	金	休校日	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
30	土	↓	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
31	日	↓	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF