

2022年6月 選手・研修・育成クラス 練習予定表

| クラス | 選手 | | | | | | | | 研修 | | 育成 | 備考 | |
|-----|------------|-----------|--|-----------|-------------------------|-----------|-------------------|-----------|-------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------------|
| | Aクラス 川上 | | Bクラス 増川(竹村・近藤) | | Cクラス 原(佐藤) | | Dクラス 増川(竹村・坂田) | | Bクラス | Aクラス | A-2 | | |
| | AM | PM | AM | PM | AM | PM | AM | PM | A-4 | A-3 | A-2 | | |
| 1 | 水 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-18:30 | OFF | OFF | |
| 2 | 木 | | 18:45-21:30 <small>(swim 19:30-21:30)</small> | | 19:00-21:15 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-18:30 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 3 | 金 | | 19:00-21:00 | OFF | OFF | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 4 | 土 | 5:30-7:00 | | 試合 | | 7:30-9:30 | | 7:30-9:30 | | 17:30-18:30 | 17:30-18:30 | OFF | 相模原長水路 |
| 5 | 日 | 6:20-8:20 | 13:30-15:30 (AQIT) | 6:20-8:20 | 13:30-15:30 (一部AQIT) | 7:00-8:20 | | 7:00-8:20 | | OFF | OFF | OFF | 相模原長水路 |
| 6 | 月 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | OFF | OFF | OFF | OFF | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 7 | 火 | OFF | OFF | | 19:00-21:15 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 8 | 水 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-18:30 | OFF | OFF | |
| 9 | 木 | | 18:45-21:30 <small>(swim 19:30-21:30)</small> | | 19:00-21:15 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-18:30 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 10 | 金 | | 19:00-21:00 | OFF | OFF | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 11 | 土 | 5:30-7:00 | | 7:30-9:30 | | 7:30-9:30 | | 7:30-9:30 | | 17:30-18:30 | 17:30-18:30 | OFF | |
| 12 | 日 | 6:20-8:20 | 13:30-15:30 (AQIT) | 6:20-8:20 | 13:30-15:30 (一部AQIT) | 7:00-8:20 | | 7:00-8:20 | | OFF | OFF | OFF | |
| 13 | 月 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | OFF | OFF | OFF | OFF | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 14 | 火 | OFF | OFF | | 19:00-21:15 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 15 | 水 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-18:30 | OFF | OFF | |
| 16 | 木 | | 18:45-21:30 <small>(swim 19:30-21:30)</small> | | 19:00-21:15 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-18:30 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 17 | 金 | | 19:00-21:00 | OFF | OFF | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 18 | 土 | 5:30-7:00 | | 7:30-9:30 | | 7:30-9:30 | | 7:30-9:30 | | 17:30-18:30 | 17:30-18:30 | OFF | |
| 19 | 日 | 6:20-8:20 | 13:30-15:30 (AQIT) | 6:20-8:20 | 13:30-15:30 (一部AQIT) | 7:00-8:20 | | 7:00-8:20 | | OFF | OFF | OFF | |
| 20 | 月 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | OFF | OFF | OFF | OFF | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 21 | 火 | OFF | OFF | | 19:00-21:15 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 22 | 水 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-18:30 | OFF | OFF | |
| 23 | 木 | | 18:45-21:30 <small>(swim 19:30-21:30)</small> | | 19:00-21:15 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-18:30 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 24 | 金 | | 19:00-21:00 | OFF | OFF | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | 県高校(横浜) |
| 25 | 土 | 5:30-7:00 | | 7:30-9:30 | | 7:30-9:30 | | 7:30-9:30 | | 17:30-18:30 | 17:30-18:30 | OFF | 県高校・都中学 (横浜・辰巳) |
| 26 | 日 | 6:20-8:20 | | 6:20-8:20 | | 7:00-8:20 | | 7:00-8:20 | | 記録測定会(新百合ヶ丘校)15:30~W-UP | | | 県高校・都中学 (横浜・辰巳) |
| 27 | 月 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | OFF | OFF | OFF | OFF | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 28 | 火 | OFF | OFF | | 19:00-21:15 | | 18:40-20:30 | | 18:40-20:30 | 17:30-19:00 | 16:20-17:20 | 15:10-16:10 | |
| 29 | 水 | | 18:00-20:00 | | 18:00-20:00 | | 18:00-20:00 | | 18:00-20:00 | 17:00-18:00 | 17:00-18:00 | 17:00-18:00 | |
| 30 | 木 | | 18:00-20:00 | | 18:00-20:00 | | 18:00-20:00 | | 18:00-20:00 | 17:00-18:00 | 17:00-18:00 | 17:00-18:00 | |

※研修A,B・育成クラスの月末や祝日の特別時間練習日のバス運行はございませんのでご注意ください。

※練習時間に関するお問い合わせは、男子コーチへご連絡をお願い致します。

※練習時間に変更がある場合は、連絡網を通じてご連絡させていただきます。

※スクール内での飲食は禁止となっています。またお菓子の持ち込みも禁止となっております。