

2024年10月度 イトマンスイミングスクール宮の森校 選手クラス練習予定表												
日	曜日	行事予定	熊谷クラス		早川クラス		伊藤クラス		行事予定	日	曜日	
			午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後				
10/1	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00		10/1	火	
2	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		2	水	
3	木			18:30-20:00		18:30-20:00	休 養 日			3	木	
4	金			18:30-20:30		18:30-20:30		18:30-20:30		4	金	
5	土		7:00-8:30		7:00-8:30		7:00-8:30			5	土	
6	日	オホーツクSP	競技会参加(不参加者は自主練習)						オホーツクSP	6	日	
7	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00		7	月	
8	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00		8	火	
9	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		9	水	
10	木			18:30-20:00		18:30-20:00	休 養 日			10	木	
11	金			18:30-20:30		18:30-20:30		18:30-20:30		11	金	
12	土	札水合宿	7:00-8:30			15:30-17:30		15:30-17:30	札水合宿	12	土	
13	日	↓	7:00-8:30		6:00-8:00		6:00-8:00		↓	13	日	
14	月	祝日休校日	休 養 日		8:00-10:00		8:00-10:00		祝日休校日	14	月	
15	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00		15	火	
16	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		16	水	
17	木			18:30-20:00		18:30-20:00	休 養 日			17	木	
18	金			18:30-20:00		18:30-20:30		18:30-20:30		18	金	
19	土		7:00-8:30			15:30-17:30		15:30-17:30		19	土	
20	日	札幌年齢別	競技会参加(不参加者は自主練習)						札幌年齢別	20	日	
21	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00		21	月	
22	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00		22	火	
23	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		23	水	
24	木			18:30-20:00		18:30-20:00	休 養 日			24	木	
25	金			18:30-20:30		18:30-20:30		18:30-20:30		25	金	
26	土		7:00-8:30			15:30-17:30		15:30-17:30		26	土	
27	日		7:00-8:30		6:00-8:00		6:00-8:00			27	日	
28	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00		28	月	
29	火	休校日		18:30-20:00	休 養 日			18:00-19:30	休校日	29	火	
30	水	↓		18:30-20:00		18:00-19:30		18:00-19:30	↓	30	水	
31	木	↓		18:30-20:00		18:00-19:30	休 養 日		↓	31	木	

【選手クラス規定等・連絡事項】

- ・盗撮、盗聴被害未然防止の為、館内での撮影及び録音は禁止しております。
- ・盗難被害未然防止の為、貴重品等の持ち込みは禁止しております。
- ・選手活動についての私物管理については、すべて自己管理となりますので、各自徹底をお願い致します。
- ・盗撮、盗聴被害未然防止の為、競技会場での撮影及び録音は禁止しております。
- ・諸締切日は、準備の都合上、練習の有無に関係なく決まっておりますので、余裕を持った申込み、速やかな申込をお願い致します。
- ・休校日の練習は営業外なのでスクールバスは運行していません。
- ・選手関連情報は選手クラスホームページにて随時ご確認ください。
- ・大会等申込用紙配布期間に私事都合で休む場合は用紙の配布は出来ませんので、申込をする場合や締切日に休む場合は締め切り日前にご家庭から早めに担当コーチへ連絡して下さい。

【次月 競技会】

- ・北海道スプリント 平岸 短水路 10日(日)