

2022年1月度 イトマンスイミングスクール宮の森校 練習予定表

		全クラス					
日	曜日	行事予定	午 前	午 後	行事予定	日	曜日
1/1	土	休校日	年始休校日		休校日	1/1	土
2	日	↓			↓	2	日
3	月					3	月
4	火		8:30-10:00			4	火
5	水			18:30-20:00		5	水
6	木			18:30-20:00		6	木
7	金			18:30-20:30		7	金
8	土			15:30-17:30		8	土
9	日		7:00-8:30			9	日
10	月	新年フェスティバル	競技会参加		新年フェスティバル	10	月
11	火		休 養 日			11	火
12	水	全体リレー		18:30-20:00	全体リレー	12	水
13	木			18:30-20:00		13	木
14	金			18:30-20:30		14	金
15	土		7:00-8:30	15:30-17:30		15	土
16	日		7:00-8:30			16	日
17	月			18:30-20:00		17	月
18	火		休 養 日			18	火
19	水			18:30-20:00		19	水
20	木			18:30-20:00		20	木
21	金			18:30-20:30		21	金
22	土		7:00-8:30	15:30-17:30		22	土
23	日	札水協練習会(選抜)	7:00-8:30		札水協練習会(選抜)	23	日
24	月			18:30-20:00		24	月
25	火		休 養 日			25	火
26	水			18:30-20:00		26	水
27	木			18:30-20:00		27	木
28	金			18:30-20:30		28	金
29	土	休校日	熊谷クラス 8:30-10:00	早川クラス 7:00-8:30	休校日	29	土
30	日	↓	熊谷クラス 8:30-10:00	早川クラス 7:00-8:30	↓	30	日
31	月		自主練習			31	月

## 【連絡事項】

## ◆練習予定表確認について

・選手クラス予定表は宮の森校ホームページの『選手クラスの活動記録』にて確認して下さい。

## ◆感染予防対策について

- ・練習時以外は、必ずマスクの着用をお願い致します。
- ・入館時は必ず手指の消毒をお願い致します。
- ・入館後は5分以内に着替え、速やかにプールに入り、間隔を空けて、会話は最小限にし、ストレッチ等を行って下さい。
- ・館内での会話は最小限にし、決して大声を出さないようにして下さい。

## ◆保護者の皆様へ

- ・ギャラリーでの観覧は、当面の間禁止となっております。
- ・お迎えの際は、館外でお待ちいただくようお願い致します。
- ・お迎えの際は、駐車禁止区域への駐車はご遠慮下さい。

## ◆その他

- ・担当コーチが休日の場合は合同練習若しくは他のコーチが担当となりますのでご了承下さい。
- ・休む場合は、プールに連絡を入れて下さい。(休校日・営業時間外・大会日のみ担当コーチ携帯迄)  
※緊急時以外、SNS・メール等は禁止。
- ・急遽、諸事情等により練習が中止になる場合は、各担当コーチより連絡をします。
- ・今後、感染症拡大等による予定表の変更や訂正があれば随時口頭及びホームページにてご連絡いたします。