

2023年2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

		熊谷クラス		早川クラス		原クラス		
日	曜日	行事予定	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後
2/1	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00
2	木			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00
3	金			18:30-21:00		18:30-20:30	休 養 日	
4	土		6:30-8:30			15:30-17:30	スタジオ陸トレ	15:30-17:30
5	日		6:30-8:30		6:00-8:00		6:00-8:00	
6	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00
7	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00
8	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00
9	木			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00
10	金			18:30-20:30		18:30-20:30	休 養 日	
11	土	休校日	6:30-8:00		8:00-9:30		8:00-9:30	
12	日	SNYC	競技会参加					
13	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00
14	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00
15	水	チームリレー		18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00
16	木			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00
17	金			18:30-21:00		18:30-20:30	休 養 日	
18	土		6:30-8:30			15:30-17:30	スタジオ陸トレ	15:30-17:30
19	日		6:30-8:30		6:00-8:00		6:00-8:00	
20	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00
21	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00
22	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00
23	木	休校日	7:00-8:30		8:30-10:00		8:30-10:00	
24	金			18:30-20:00		18:30-20:00	休 養 日	
25	土		7:00-8:30			15:30-17:00		15:30-17:00
26	日	JO春季予選	競技会参加					
27	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00
28	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00

【注意事項】

・諸締切日について

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、速やかな申込みをお願い致します。

・競技会時の私物管理については、引き続き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。

・練習内容に変更がある場合は選手クラスホームページでお知らせを行います。

【次月競技会】

・3月4日(土)～5日(日) にいがたOPEN中村真衣カップ大会 新潟DPP 長水路 選抜選手

・3月14日(火)～19日(日) シンガポールナショナルエージグループ大会 OCBCアクアテイクセンター 長水路 大橋・玉村

・3月27日(月)～30日(木) 全国JOC春季大会 東京辰巳 短水路 標準記録突破者