

2023年3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	行事予定	日	曜日
3/1	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		3/1	水
2	木			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		2	木
3	金	新潟OPEN		18:30-21:00		18:30-20:30	休 養 日		新潟OPEN	3	金
4	土	↓	6:30-8:30			15:30-17:30	スタジオ陸トレ	15:30-17:30	↓	4	土
5	日		6:30-8:30		6:00-8:00		6:00-8:00			5	日
6	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00		6	月
7	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00		7	火
8	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		8	水
9	木			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		9	木
10	金	シンガポール遠征		18:30-20:30		18:30-20:30	休 養 日		シンガポール遠征	10	金
11	土	↓	6:30-8:30			15:30-17:30	6:00-8:00		↓	11	土
12	日		6:30-8:30		6:00-8:00		6:00-8:00			12	日
13	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00		13	月
14	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00		14	火
15	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		15	水
16	木			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		16	木
17	金			18:30-20:30		18:30-20:30	休 養 日			17	金
18	土	↓	6:30-8:30			15:30-17:30	6:00-8:00		↓	18	土
19	日		6:30-8:30		6:00-8:00		6:00-8:00			19	日
20	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00		20	月
21	火	休校日 ↓	休 校 日						休校日 ↓	21	火
22	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		22	水
23	木			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		23	木
24	金			18:30-20:30		18:30-20:30	休 養 日			24	金
25	土	↓	6:30-8:30			15:30-17:30	スタジオ陸トレ	15:30-17:30	↓	25	土
26	日	全国JO春季	6:30-8:30		6:00-8:00		6:00-8:00		全国JO春季	26	日
27	月	↓	休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00	↓	27	月
28	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00		28	火
29	水	休校日 ↓	休 校 日						休校日 ↓	29	水
30	木	↓							↓	30	木
31	金	↓							↓	31	金

【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します。

【次月競技会】

・4日(火)～9日(日) 第99回日本選手権 東京AC 長水路 標準記録突破者

・23日(日) オホーツクジュニア 紋別ステア 短水路 宿泊 標準記録突破者