

2023年7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
7/1	土	北海道高校		15:30-17:30		15:30-17:30		15:30-17:30	北海道高校	7/1	土
2	日	↓	6:30-8:30		6:30-8:30		6:30-8:30		↓	2	日
3	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00		3	月
4	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00		4	火
5	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		5	水
6	木			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		6	木
7	金			18:30-20:30		18:30-20:30	休 養 日			7	金
8	土		7:00-8:30			15:30-17:00		15:30-17:00		8	土
9	日	札幌ジュニア	競技会参加						札幌ジュニア	9	日
10	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00		10	月
11	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00		11	火
12	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		12	水
13	木			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		13	木
14	金			18:30-20:00		18:30-20:00	休 養 日			14	金
15	土	JO予選	競技会参加						JO予選	15	土
16	日	↓	↓						↓	16	日
17	月	休校日	休 養 日						休校日	17	月
18	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00		18	火
19	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		19	水
20	木			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		20	木
21	金	北海道中学		18:30-20:30		18:30-20:30	休 養 日		北海道中学	21	金
22	土	↓		15:30-17:30		15:30-17:30		15:30-17:30	↓	22	土
23	日	↓	6:30-8:30		6:30-8:30		6:30-8:30		↓	23	日
24	月		休 養 日			18:30-20:00		18:30-20:00		24	月
25	火			18:30-20:00	休 養 日			18:30-20:00		25	火
26	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		26	水
27	木			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00		27	木
28	金			18:30-21:00		18:30-20:30	休 養 日			28	金
29	土	休校日	6:30-8:00		6:00-7:30		6:00-7:30		休校日	29	土
30	日	↓	6:30-8:00		6:00-7:30		6:00-7:30		↓	30	日
31	月	↓	休 養 日		6:30-8:00		6:30-8:00		↓	31	月

【大会等申込注意事項】

締切日を過ぎてからの申し込みが後を絶ちません。

一人の申し込みが遅れるとチーム全体の申し込みが出来ませんので以下を厳守ください。

選手には口頭で説明済みであり、本予定表にも掲載しておりましたが、大会案内等選手情報は選手ホームページに随時掲載しており申込締切日も掲載しております。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、申込をする場合は締め切り前にご家庭から早めに担当コーチへ連絡して下さい。

【連絡事項】

- ・一部、土日の練習時間に変更がありますのでご注意ください。
- ・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。
- ・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。
- ・練習時間等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。
- ・スイミングが休校日で自主練習となっている日は、他のプールでマナーを守って練習を行って下さい。
- ・休校日練習がある場合はスクールバスは運行していません。
- ・夏休みはテスト勉強強化期間です、今後もテスト勉強の為に練習を中断しないように、練習が始まる迄の時間を勉強の時間にあててください。

【次月競技会】

- ・17日(木)～20日(日) 日本高等学校水泳選手権 野幌 長水路
- ・17日(木)～19日(土) 全国中学校水泳競技大会 香川 長水路
- ・22日(火)～26日(土) 全国JO夏季 東京 長水路