

2022年 11月 選手クラス スケジュール表

日付	曜日	試合、休校日	榛原	
			AM	PM
1	火		OFF	
2	水			6:30~8:00
3	木	文化の日	※8:00~10:00	
4	金			6:30~8:00
5	土		三重県短水路選手権	
6	日		(三重交通Gスポーツの杜鈴鹿水泳場)	
7	月			6:30~8:00
8	火		OFF	
9	水			6:30~8:00
10	木			5:30~6:50
11	金			6:30~8:00
12	土		※7:30~9:30	※5:10~7:00
13	日		東海選手権水泳競技大会	(三重交通Gスポーツの杜鈴鹿水泳場)
14	月			6:30~8:00
15	火		OFF	
16	水			6:30~8:00
17	木			5:30~6:50
18	金			6:30~8:00
19	土		※7:30~9:30	※5:10~7:00
20	日		JSCAクラブ対抗	(三重交通Gスポーツの杜鈴鹿水泳場)
21	月			6:30~8:00
22	火		OFF	
23	水	勤労感謝の日	※8:00~10:00	
24	木			5:30~6:50
25	金			6:30~8:00
26	土		三重とこわか水泳競技大会	
27	日		(三重交通Gスポーツの杜鈴鹿水泳場)	
28	月			6:30~8:00
29	火			※6:20~8:30
30	水		OFF	

◇月・水・金は6:00~陸上トレーニングを行います。ストレッチマットを持参してください。

練習日程及び時間に変更になりましたら連絡致します。

※は名張イトマンで練習