

2023年 1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	日	年始休校日	OFF	
2	月	年始休校日	OFF	
3	火	年始休校日		※1:00~3:00
4	水		※7:00~9:00	
5	木		※7:00~9:00	※6:20~8:30
6	金		※7:00~9:00	6:30~8:00
7	土			※5:10~7:00
8	日		※6:30~8:00	※3:30~5:30
9	月	成人の日		6:30~8:00
10	火		OFF	
11	水			6:30~8:00
12	木			5:30~6:50
13	金			6:30~8:00
14	土		※7:30~9:30	
15	日		新年フェスティバル	三重交通Gスポーツの杜鈴鹿水泳場
16	月			6:30~8:00
17	火		OFF	
18	水			6:30~8:00
19	木			5:30~6:50
20	金			6:30~8:00
21	土		※7:30~9:30	※5:10~7:00
22	日		※7:30~9:30	
23	月			6:30~8:00
24	火		OFF	
25	水			6:30~8:00
26	木			5:30~6:50
27	金			6:30~8:00
28	土			※5:10~7:00
29	日	年末休校日	OFF	
30	月	年末休校日		※6:20~8:30
31	火	年末休校日	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