

2022年 12月

選手・研修練習スケジュール

日付	曜日	行事予定	選手A		選手B		選手C		研修クラス
			午前	午後	午前	午後	午前	午後	
1	木			18:30-20:30		18:30-20:30		OFF	17:30-19:00
2	金			OFF		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00
3	土		7:30-9:00		7:30-9:00		7:30-9:00		OFF
4	日		7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		OFF
5	月			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00
6	火			18:30-20:30		OFF		18:30-20:30	17:30-19:00
7	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00
8	木			18:30-20:30		18:30-20:30		OFF	17:30-19:00
9	金			OFF		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00
10	土		7:30-9:00		7:30-9:00		7:30-9:00		OFF
11	日	TA記録会 永田台	7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		OFF
12	月			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00
13	火			18:30-20:30		OFF		18:30-20:30	17:30-19:00
14	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00
15	木			18:30-20:30		18:30-20:30		OFF	17:30-19:00
16	金			OFF		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00
17	土	ゆめ国体 中学生以上 相模原	7:30-9:00		7:30-9:00		7:30-9:00		OFF
18	日	ゆめ国体 中学生以上 相模原	7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		OFF
19	月			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00
20	火			18:30-20:30		OFF		18:30-20:30	17:30-19:00
21	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00
22	木			18:30-20:30		18:30-20:30		OFF	OFF
23	金			OFF		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00
24	土		7:30-9:00		7:30-9:00		7:30-9:00		OFF
25	日	校内記録会 永田台	7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		OFF
26	月			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00
27	火			18:30-20:30		OFF		18:30-20:30	17:30-19:00
28	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00
29	木	リレー対抗戦 新百合ヶ丘	8:00-10:00		8:00-10:00		8:00-10:00		OFF
30	金		8:00-10:00		8:00-10:00		8:00-10:00		OFF
31	土		OFF		OFF		OFF		OFF
1	日		OFF		OFF		OFF		OFF
2	月		OFF		OFF		OFF		OFF
3	火			15:00-17:00		15:00-17:00		15:00-17:00	OFF
4	水			18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00

- ・欠席する場合は、フロントまでご連絡下さい。
- ・更衣室内で食べ物は禁止です。保護者の方は特にお菓子を持たせないよう管理して下さい。
- ・駐車場利用については30分以内は無料です。31分からは料金がかかりますのでご了承下さい。
- ・送迎については、永田台校周辺及びセブンイレブンでの乗降車はご遠慮ください。駐車場内に一旦入庫していただくようお願いいたします。
- ・選手クラスは送迎の際、駐車場利用する場合は月・水・土・日は第二駐車場をご利用下さい。(休校日を除く)
- ・プール入退場のルールを厳密にします。
- ①プール入場はマスク着用→プールカードを持参しシャワー前にカードケースにマスクを入れ担当コーチに預ける。
- ②プール退場は、シャワー後マスク着用→更衣室にて着替えご理解とご協力をお願いします。

【研修クラス】10/22は担当岩濱先生が会議のため練習をOFFとさせていただきます。