

## 7月度 選手クラス・研修クラス練習日程表

週6回練習に参加すること。振替は不可（学校行事のみ可）

休む場合は必ず連絡をすること。

日	曜日	行事予定	鈴木クラス	藤原クラス	坂本クラス	大西クラス	研修クラス
1	土		6:30~8:30	6:30~8:30	18:30~20:30	18:30~20:30	17:20~19:00
2	日	和歌山A・AA級大会	6:30~8:30	6:30~8:30	6:00~8:00	6:00~8:00	休み
3	月		休み	18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30
4	火		18:30~21:00	休み	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~18:30
5	水		18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30
6	木		18:30~21:00	18:30~21:00	休み	18:30~20:30	17:20~18:30
7	金		18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	休み	17:20~18:30
8	土	兵庫県JO	休み	18:30~20:30	18:30~20:30	18:30~20:30	17:20~19:00
9	日	兵庫県JO	休み	6:00~8:00	6:00~8:00	6:00~8:00	休み
10	月		休み	18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30
11	火		18:30~21:00	休み	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~18:30
12	水		18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30
13	木		18:30~21:00	18:30~21:00	休み	18:30~20:30	17:20~18:30
14	金		18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	休み	17:20~18:30
15	土		6:30~8:30	6:30~8:30	18:30~20:30	18:30~20:30	17:20~19:00
16	日		6:30~8:30	6:30~8:30	6:00~8:00	6:00~8:00	休み
17	月		休み	7:00~9:00	7:00~9:00	7:00~9:00	休み
18	火		18:30~21:00	休み	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~18:30
19	水		18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30
20	木		18:30~21:00	18:30~21:00	休み	18:30~20:30	17:20~18:30
21	金		18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	休み	17:20~18:30
22	土	近畿高校	6:30~8:30	6:30~8:30	18:30~20:30	18:30~20:30	17:20~19:00
23	日	近畿高校	6:30~8:30	6:30~8:30	6:00~8:00	6:00~8:00	休み
24	月	近畿高校	休み	18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30
25	火		18:30~21:00	休み	18:30~20:30	18:30~20:00	17:20~18:30
26	水	兵庫県中学	18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	17:20~18:30
27	木	兵庫県中学	18:30~21:00	18:30~21:00	休み	18:30~20:30	17:20~18:30
28	金		18:30~20:00	18:30~20:00	18:30~20:00	休み	17:20~18:30
29	土	兵庫県長水路	6:30~8:30	休み	未定	13:30~15:30	13:30~15:30
30	日	兵庫県JOチャレンジ	休み	6:00~8:00	6:00~8:00	6:00~8:00	休み
31	月		休み	6:00~8:00	6:00~8:00	6:00~8:00	休み

### 8月予定表

5~6日 大阪ジュニア

6日 兵庫県ジュニア長水路水泳競技大会

17~19日 全国中学

17~20日 インターハイ

20日 尼崎市民選手権

22~26日 全国JOC夏季水泳競技大会

### 7月 研修クラス参加不可の時間

火曜日	A-5	15~10級
	A-5	9~6級
水曜日	A-4	17~16級
	A-4	12~10級
金曜日	A-5	15~10級
日曜日	A-7	15~10級
	A-8	9~6級
	A-9	5~1級

5~1級