

選手クラス練習予定表

2020年8月度

日	曜日	行事予定	D-1 (担当:高橋)		D-2 (担当:若井)		D-3 (担当:森田)	
			AM	PM	AM	PM	AM	PM
1	土		6:30-8:00	5:30-7:00	6:30-8:00	5:30-7:00	休養日	
2	日		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00	
3	月			6:45-8:40		6:45-8:45		6:45-9:00
4	火		休養日			6:45-8:45		6:45-9:00
5	水			6:45-8:00		6:45-8:00		6:45-8:00
6	木			6:45-8:40		6:45-8:45		6:45-9:00
7	金			6:45-8:00	休養日			6:45-8:00
8	土		6:30-8:00	5:30-7:00	6:30-8:00	5:30-7:00	休養日	
9	日		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00	
10	月		7:00-9:00	12:00-2:00	8:00-10:00		8:00-11:00	
11	火		休養日			6:45-8:45		6:45-9:00
12	水			6:40-8:00		6:45-8:00		6:45-8:00
13	木			6:45-8:40		6:45-8:45		6:45-9:00
14	金			6:45-8:00	休養日			6:45-8:00
15	土		6:30-8:00	5:30-7:00	6:30-8:00	5:30-7:00	休養日	
16	日		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00	
17	月			6:45-8:40		6:45-8:45		6:45-9:00
18	火		休養日			6:45-8:45		6:45-9:00
19	水			6:45-8:00		6:45-8:00		6:45-8:00
20	木			6:45-8:40		6:45-8:45		6:45-9:00
21	金			6:45-8:00	休養日			6:45-8:00
22	土		6:30-8:00	5:30-7:00	6:30-8:00	5:30-7:00	休養日	
23	日		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00	
24	月			6:45-8:40		6:45-8:45		6:45-9:00
25	火	県高校選手権(スイムピア)	休養日			6:45-8:45		6:45-9:00
26	水			6:45-8:00		6:45-8:00		6:45-8:00
27	木			6:45-8:40		6:45-8:45		6:45-9:00
28	金			6:45-8:00	休養日			6:45-8:00
29	土	TA記録会高学年(イトマン大和郡山)	7:00-9:00		7:00-9:00		休養日	
30	日	TA記録会低学年(イトマン大和郡山)	7:00-9:00		7:00-9:00		7:00-9:00	
31	月			6:40-8:40		6:40-8:40		6:45-9:00

◇いよいよ試合が始まります◇
◇手洗いうがいを忘れず体調管理ができる選手になりましょう！◇



イトマンスイミングスクール王寺校
TEL.0745-73-0051