

2021年 7月度

## 選手クラス練習予定表

日	行事予定	D-1 (担当:若井)		D-2 (担当:高橋)		D-3 (担当:石野)	
		AM	PM	AM	PM	AM	PM
1(木)			18:45-20:45		18:45-20:45		18:45-21:00
2(金)		休養日			18:45-20:00		18:45-20:00
3(土)		7:30-9:30		7:30-9:30		休養日	
4(日)		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00	
5(月)			18:45-20:45		18:45-20:45		18:45-21:00
6(火)			18:45-20:45	休養日			18:45-21:00
7(水)			18:45-20:00		18:45-20:00		18:45-20:00
8(木)			18:45-20:45		18:45-20:45		18:45-21:00
9(金)		休養日			18:45-20:00		18:45-20:00
10(土)		7:30-9:30		7:30-9:30		休養日	
11(日)	奈良県地域チャレンジ記録会	6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00	
12(月)			18:45-20:45		18:45-20:45		18:45-21:00
13(火)			18:45-20:45	休養日			18:45-21:00
14(水)			18:45-20:00		18:45-20:00		18:45-20:00
15(木)			18:45-20:45		18:45-20:45		18:45-21:00
16(金)		休養日			18:45-20:00		18:45-20:00
17(土)		7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30	
18(日)	奈良県ジュニア夏季水泳記録会/校内記録会	試合		試合		試合	
19(月)			18:45-20:45		18:45-20:45	休養日	
20(火)			18:45-20:45	休養日			18:45-21:00
21(水)			18:45-20:00		18:45-20:00		18:45-20:00
22(木)		9:00-11:00		9:00-11:00		試合 22-24日 近畿高校 22-23日 奈良県(大阪)中学	
23(金)		休養日		9:00-11:00			
24(土)		6:30-8:00		6:30-8:00			
25(日)		6:30-8:00		6:30-8:00		休養日	
26(月)		7:15-9:15		7:15-9:15			
27(火)			18:45-20:45	休養日			18:45-21:00
28(水)			18:45-20:00		18:45-20:00	6:30-8:00	
29(木)		6:30-8:00		6:30-8:00			14:00-16:00
30(金)		休養日		6:30-8:00			14:00-16:00
31(土)		6:30-8:00		6:30-8:00		休養日	

◇更衣室を利用する際は荷物は端によせ、通路を開けるようにしてください◇



◇選手・研修クラスは引き続きギャラリーでの観覧は中止とさせていただきます(C-1クラスは通常練習時はプールサイド見学可)◇

イトマンスイミングスクール王寺校

◇来校時に検温・手指消毒・**マスクの着用(更衣室でも)**を徹底し、感染予防を徹底しましょう◇

TEL.0745-73-0051