

2021年 5月度 選手・研修・育成クラス 練習スケジュール表

	行事予定	選手クラス			研修クラス		育成クラス
		AM 全クラス	PM 全クラス	陸上トレーニング	AM	PM	PM
4/25	日 緊急事態宣言～5/31	6:30~8:00				Off	Off
26	月 休館日	Off				Off	Off
27	火		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
28	水		18:40~19:45			17:40~18:40	Off
29	木 昭和の日	8:00~10:00				Off	Off
30	金		17:00~19:00			Off	Off
1	土	8:00~10:00				Off	Off
2	日 延期 東播オープン	6:30~8:00				Off	Off
3	月 休館日	Off				Off	Off
4	火 みどりの日	8:00~10:00				17:40~18:40	15:20~16:20
5	水 こどもの日	8:00~10:00				17:40~18:40	Off
6	木		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
7	金		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
8	土 延期 ジュニアスイマーズミート	7:00~8:30				Off	Off
9	日 延期 ジュニアスイマーズミート	6:30~8:00				Off	Off
10	月 休館日	Off				Off	Off
11	火		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
12	水 緊急事態宣言延長～5/31		18:40~19:45			17:40~18:40	Off
13	木		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
14	金		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
15	土	8:00~10:00				Off	Off
16	日	6:30~8:00	17:00~19:00			Off	Off
17	月 休館日	Off				Off	Off
18	火		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
19	水		18:40~19:45			17:40~18:40	Off
20	木		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
21	金		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
22	土 夏季公式	8:00~10:00				Off	Off
23	日 夏季公式	6:30~8:00	17:00~19:00			Off	Off
24	月 休館日	Off				Off	Off
25	火		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
26	水		18:40~19:45			17:40~18:40	Off
27	木		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
28	金		18:40~19:45			17:40~18:40	15:20~16:20
29	土	8:00~10:00				Off	Off
30	日 中止 尼崎市民スポーツ祭	7:00~9:00	17:00~19:00			Off	Off
31	月 緊急事態宣言解除予定	Off				Off	Off
1	火		18:40~20:40			17:40~18:40	15:20~16:20
2	水		18:40~20:00	小学5年生以上20:05~20:35		17:40~18:40	Off
3	木		18:40~20:40			17:40~18:40	15:20~16:20
4	金		18:40~20:00			17:40~18:40	15:20~16:20
5	土	8:00~10:00				Off	Off

- ★ 5月2日(日) 延期 第6回東播オープン春季水泳競技大会
- ★ 5月8日(土)～5月9日(日) 延期 第35回[2021年度]兵庫県ジュニアスイマーズミート春季大会
- ★ 5月22日(土)～5月23日(日) 第34回[2021年度]兵庫県夏季公式記録会 神戸ポートアイランドスポーツセンター(50m屋内8レーン)
- ★ 5月30日(日) 中止 2021年度 尼崎市民スポーツ祭水泳競技大会
- ★ 6月6日(日) 第6回東播オープン春季水泳競技大会

※ 選手クラス6:30からの練習日は、コーチがドアを開けます6:15～6:20に自動ドア前に集合して下さい。遅れないよう気をつけて下さい。

6:15～6:20の玄関開錠時間に遅れた場合は、7:00の開錠までお待ち下さい。

※ 午後の練習時間には遅れないようにして下さい。5月29日(土)5月30日(日)は、バス運行していません。

※ 練習を休むことを伝える連絡は練習開始時間までお願いいたします。事前に休むことが決まっている場合は担当コーチに伝えるようにして下さい。

※ 更衣室での水着、ゴーグル、スイムキャップ、配布物等の忘れ物が多くなっています。帰る際は手荷物の確認をするよう心がけて下さい。

※ 道具の貸し借りは絶対にしないようにして下さい。

※ マスク着用の徹底をお願いします。

※ 毎週水曜日に実施している陸上トレーニングは緊急事態宣言中は実施しません。

※ 三田校HP(選手の活動日記)にも記載致しますのでご覧下さい。

<http://www.itoman.com/school/sanda/>

