

2021年 9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
1	水		18:40~20:00			17:40~18:40	Off
2	木		18:40~20:40			17:40~18:40	15:20~16:20
3	金		18:40~20:00			17:40~18:40	15:20~16:20
4	土	6:30~7:45				Off	Off
5	日	6:30~8:00				Off	Off
6	月	休館日	Off			Off	Off
7	火		18:40~20:40			17:40~18:40	15:20~16:20
8	水		18:40~20:00			17:40~18:40	Off
9	木		18:40~20:40			17:40~18:40	15:20~16:20
10	金		18:40~20:00			17:40~18:40	15:20~16:20
11	土	6:30~7:45				Off	Off
12	日	6:30~8:00				Off	Off
13	月	休館日	Off			Off	Off
14	火		18:40~20:40			17:40~18:40	15:20~16:20
15	水		18:40~20:00			17:40~18:40	Off
16	木		18:40~20:40			17:40~18:40	15:20~16:20
17	金		18:40~20:00			17:40~18:40	15:20~16:20
18	土	7:00~8:30				Off	Off
19	日	6:30~8:00				Off	Off
20	月	イトマンジュニア	試合			Off	Off
21	火		18:40~20:40			17:40~18:40	15:20~16:20
22	水		18:40~20:00 諸本クラスOFF			17:40~18:40	Off
23	木	秋分の日	8:00~10:00			17:40~18:40	15:20~16:20
24	金		18:40~20:00			17:40~18:40	15:20~16:20
25	土	7:00~8:30				Off	Off
26	日	6:30~8:00				Off	Off
27	月	休館日	Off			Off	Off
28	火		18:40~20:40			17:40~18:40	15:20~16:20
29	水		18:00~20:00			Off	Off
30	木		18:00~20:00			Off	Off
1	金		18:40~20:00			17:40~18:40	15:20~16:20
2	土	8:00~10:00					Off
3	日	6:30~8:00				Off	Off
4	月	休館日	Off			Off	Off
5	火		18:40~20:40			17:40~18:40	15:20~16:20
6	水		18:40~20:00			17:40~18:40	Off

★ 第5回 イトマンジュニア水泳競技大会 イトマンスイミングスクール三田校(25m×6レーン)

※ 選手クラス6:30(7:00)からの練習日は、コーチがドアを開けます6:15(6:45)~6:20(6:50)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(6:45)~6:20(6:50)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。9月29日(水)30日(木)は、バス運行しておりません。

※ 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。

※ マスクを忘れないようにして下さい。プールの中以外は常にマスクをするようにして下さい。

※ 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/>