

## 2022年 8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	備考	AM	PM	PM
1月	休館日	Off			Off		Off
2火			18:40~20:40		17:40~18:40	15:20~16:20	
3水			18:40~20:00		17:40~18:40	Off	
4木		7:00~8:30	18:40~20:40		17:40~18:40	15:20~16:20	
5金			18:40~20:00		17:40~18:40	15:20~16:20	
6土		6:30~7:45			Off	Off	
7日		6:30~8:00			Off	Off	
8月	休館日	Off			Off		Off
9火			18:40~20:40		17:40~18:40	15:20~16:20	
10水			18:40~20:00		17:40~18:40	Off	
11木		6:30~7:45	18:40~20:40		17:40~18:40	15:20~16:20	
12金			18:40~20:00		17:40~18:40	15:20~16:20	
13土	大阪ジュニア	8:00~10:00			Off	Off	
14日	大阪ジュニア/ジュニア長水路	試合組アップ※別紙			Off	Off	
15月	休館日	Off			Off		Off
16火			18:40~20:40		17:40~18:40	15:20~16:20	
17水			18:40~20:00		17:40~18:40	Off	
18木		7:00~8:30	18:40~20:40		17:40~18:40	15:20~16:20	
19金			18:40~20:00		17:40~18:40	15:20~16:20	
20土		7:00~8:30			Off	Off	
21日	尼崎市民選手権	試合組アップ※別紙			Off	Off	
22月	休館日	Off			Off		Off
23火			18:40~20:40		17:40~18:40	15:20~16:20	
24水			18:40~20:00		17:40~18:40	Off	
25木		7:00~8:30	18:40~20:40		17:40~18:40	15:20~16:20	
26金			18:40~20:00		17:40~18:40	15:20~16:20	
27土		7:00~8:30			Off	Off	
28日		6:30~8:00			Off	Off	
29月	休館日	Off			Off		Off
30火		Off			Off	Off	
31水			18:00~20:00		Off	Off	

☆ 8月13日(土)~8月14日(日) 2022年度 第39回大阪ジュニア水泳競技大会 東和薬品ラクトブドーム(大阪府立門真スポーツセンター) (50m×10レーン)

☆ 8月14日(日) 第7回[2022年度]兵庫県ジュニア長水路水泳競技大会 神戸ポートアイランドスポーツセンター(50m屋内6レーン)

☆ 8月21日(日) 2022年度 尼崎市民選手権水泳競技大会 尼崎スポーツの森 (50m屋内 8コース)

※ 練習時間には遅れないようにして下さい。

※ 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。

※ 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、水筒、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。

※ 8月30日(火)・31日(水)はバスの運行は致しません。

※ 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/>

