

2023年 4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	
		A	B	C		A	B
1	土	6:30~8:00	6:30~8:00	6:30~8:00	Off	Off	Off
2	日	6:30~8:00	6:30~8:00	6:30~8:00	Off	Off	Off
3	月	休館日	Off	Off	Off	Off	Off
4	火	18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
5	水	18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
6	木	18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
7	金	18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
8	土	6:00~8:00	6:30~8:00	6:30~8:00	Off	Off	Off
9	日	6:00~8:00 17:00~18:30	6:30~8:00 17:00~18:30	6:30~8:00	Off	Off	Off
10	月	休館日	Off	Off	Off	Off	Off
11	火	18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
12	水	18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
13	木	18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
14	金	18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
15	土	6:00~8:00	6:30~8:00	7:00~8:30	Off	Off	Off
16	日	6:00~8:00 17:00~18:30	6:30~8:00 17:00~18:30	6:30~8:00	Off	Off	Off
17	月	休館日	Off	Off	Off	Off	Off
18	火	18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
19	水	18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
20	木	18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
21	金	18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
22	土	7:00~9:00	8:00~10:00	8:00~10:00	Off	Off	Off
23	日	6:00~8:00 17:00~18:30	6:30~8:00 17:00~18:30	6:30~8:00	Off	Off	Off
24	月	休館日	Off	Off	Off	Off	Off
25	火	18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
26	水	18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
27	木	18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
28	金	18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	16:30~17:30	15:20~16:20
29	土	あきばさんチャレンジ 昭和の日	7:00~9:30	8:00~10:00	Off	Off	Off
30	日	あきばさんチャレンジ	8:00~10:00	8:00~10:00	Off	Off	Off

※ 2023年4月29日(土)・30日(日)

2023 あきばさんチャレンジ

秋葉山公園県民水泳場(25m×10レーン)

※ 5:50~5:55 6:20(6:50)~6:25(6:55)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。

※ 練習時間には遅れないようにして下さい。

※ 練習を休むことを伝える連絡は練習開始時間までをお願いします。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、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。

※ 4月29日(土)~30日(日)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/>

