

2025年 10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クラス	Bクラス	Cクラス	Dクラス		
1	水		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
2	木		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
3	金		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
4	土		6:30-8:30	7:00-10:00	6:30-8:30	8:00-10:00	9:00-10:00	OFF
5	日		6:00-8:00	6:00-8:00	6:00-8:00	6:00-8:00	OFF	OFF
6	月	休校日	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
7	火		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
8	水		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
9	木		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
10	金		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
11	土		6:30-8:30	6:30-8:30	6:30-8:30	6:30-8:30	OFF	OFF
12	日	保護者会(13:00-13:45)	6:00-8:00	6:00-8:00	6:00-8:00	6:00-8:00	OFF	OFF
13	月	休校日・スポーツの日	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
14	火		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
15	水		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
16	木		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
17	金		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
18	土		6:30-8:30	7:00-10:00	6:30-8:30	8:00-10:00	9:00-10:00	OFF
19	日	校内記録会 滋賀県スプリント水泳競技大会(インフロア 草津)	6:00-8:00	6:00-8:00	6:00-8:00	試合	試合	試合
20	月	休校日	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
21	火		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
22	水		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
23	木		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
24	金		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
25	土		6:30-8:30	7:00-9:30	6:30-8:30	8:00-10:00	OFF	OFF
26	日	紀州合同記録会(秋葉山県民水泳場)	試合	試合	6:00-8:00	6:00-8:00	OFF	OFF
27	月	休校日	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
28	火		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
29	水		18:00-20:00	18:00-20:00	18:00-20:00	18:00-20:00	17:00-18:00	OFF
30	木		18:00-20:00	18:00-20:00	18:00-20:00	18:00-20:00	17:00-18:00	OFF
31	金		18:00-20:00	18:00-20:00	18:00-20:00	18:00-20:00	17:00-18:00	OFF

※ 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。

※ 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/>

