

2026年 3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	日	JOチャレンジ	試合/6:00-8:00	試合/6:00-8:00	試合/6:00-8:00	試合/6:00-8:00	OFF	OFF
2	月		OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
3	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
4	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
5	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
6	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
7	土	泳法別OR・入会OR	6:30-8:30	6:30-8:30	6:30-8:30	6:30-8:30	OFF	OFF
8	日		6:00-8:00 17:00-19:00	6:00-8:00 17:00-19:00	6:00-8:00	6:00-8:00 17:00-19:00	OFF	OFF
9	月		OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
10	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
11	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
12	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
13	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
14	土	はじめて①	6:30-8:30	6:30-8:30	6:30-8:30	6:30-8:30	OFF	OFF
15	日	兵庫県ジュニア短水路/はじめて①	試合	試合/6:00-8:00	試合	試合	OFF	OFF
16	月		OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
17	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
18	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
19	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
20	金	TA記録会(西神戸校)	7:00-9:00	7:00-9:00/試合	7:00-9:00/試合	7:00-9:00/試合	試合	15:20-16:20
21	土	はじめて②	6:30-8:30	6:30-8:30	6:30-8:30	6:30-8:30	OFF	OFF
22	日	尼崎市内選手権/はじめて②	試合	試合/6:00-8:00	試合	試合	試合	OFF
23	月		OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
24	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
25	水	短期教室①	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
26	木	短期教室①	18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
27	金	春季JOC/短期教室①	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
28	土	春季JOC/はじめて③	6:00-7:45	6:00-7:45	6:00-7:45	6:00-7:45	OFF	OFF
29	日	春季JOC/はじめて③	6:00-7:45	6:00-7:45	6:00-7:45	6:00-7:45	OFF	OFF
30	月	春季JOC	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
31	火	短期教室②	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	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にお願いたします。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。

