

2025年 5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		
1	木	館内工事(プールサイドトイレ利用×)	18:00-20:00	18:00-20:00	18:00-20:00	17:00-18:00	OFF
2	金	館内工事(プールサイドトイレ利用×)	18:00-20:00	18:00-20:00	18:00-20:00	17:00-18:00	OFF
3	土	館内工事(プールサイドトイレ利用×)	6:00-8:00 18:00-20:00	6:00-8:00 18:00-20:00	18:00-20:00	17:00-18:00	OFF
4	日	館内工事(プールサイドトイレ利用×)	6:00-8:00 18:00-20:00	6:00-8:00 18:00-20:00	18:00-20:00	OFF	OFF
5	月	館内工事(プールサイドトイレ利用×)	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
6	火	通常営業	8:00-10:00	8:00-10:00	8:00-10:00	17:40-19:00	15:20-16:20
7	水		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
8	木		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
9	金	イトマンオープン移動日	18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
10	土	イトマンオープン(13歳以上)	6:30-8:30/試合	6:30-8:30	7:00-8:30	9:00-10:00	OFF
11	日	イトマンオープン(13歳以上)	6:00-8:00/試合	6:00-8:00	6:30-8:00	OFF	OFF
12	月		OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
13	火		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
14	水		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
15	木		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
16	金		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
17	土		7:00-9:00	8:00-10:00	8:30-10:00	9:00-10:00	OFF
18	日		6:00-8:00 17:00-19:00	6:00-8:00	6:30-8:00	OFF	OFF
19	月		OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
20	火		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
21	水		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
22	木		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
23	金		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
24	土	関西選手権(尼崎)	8:00-10:00/試合	8:00-10:00	8:30-10:00	9:00-10:00	OFF
25	日	関西選手権(尼崎)	6:00-8:00/試合	6:00-8:00	6:30-8:00	OFF	OFF
26	月		OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
27	火		18:40-20:40	18:40-20:40	18:40-20:40	17:40-19:00	15:20-16:20
28	水		18:40-20:00	18:40-20:00	18:40-20:00	17:40-18:40	15:20-16:20
29	木		18:00-20:00	18:00-20:00	18:00-20:00	17:00-18:00	OFF
30	金	全社研修会	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
31	土		8:00-10:00	8:00-10:00	8:30-10:00	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ひいたします。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/>

