

2024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	選手育成クラス	育成クラス	
		A	B		A	B	
1	木	兵庫ブロック通い合宿	18:40-20:40/合宿	18:40~20:40	17:40~19:00	17:40~19:00	15:20~16:20
2	金	兵庫ブロック通い合宿	18:40-20:00/合宿	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
3	土	兵庫ブロック通い合宿	6:30-8:30/合宿	6:30-8:00	7:30-8:30	7:30-8:30	Off
4	日		6:00-8:00 17:00-19:00	6:00-8:00	Off	Off	Off
5	月		Off				
6	火	近畿中学	試合/18:40-20:40	18:40~20:40	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
7	水	近畿中学	試合/18:40-20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
8	木		18:40-20:40/個別対応	18:40~20:40	17:40~19:00	17:40~19:00	15:20~16:20
9	金		18:40-20:00/個別対応	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
10	土		6:30-8:30/個別対応	6:30-8:00	7:30-8:30	7:30-8:30	Off
11	日		6:00-8:00/個別対応	6:00-8:00	Off	Off	Off
12	月		Off				
13	火	休校日	8:00-10:00 15:00-17:00	9:00-11:00 16:00-18:00	10:00-11:00	Off	Off
14	水	休校日	8:00-10:00 15:00-17:00	9:00-11:00 16:00-18:00	10:00-11:00	Off	Off
15	木	休校日	8:00-10:00 15:00-17:00	9:00-11:00 16:00-18:00	10:00-11:00	Off	Off
16	金		18:40-20:00/個別対応	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
17	土	全国中学/インターハイ	試合	6:30-8:00	Off	Off	Off
18	日	全国中学/インターハイ/尼崎水泳大会	6:00-8:00/個別対応	試合	試合	Off	Off
19	月	全国中学/インターハイ	Off				
20	火	インターハイ	18:40-20:40/個別対応	18:40~20:40	17:40~19:00	17:40~19:00	15:20~16:20
21	水		試合/18:40-20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
22	木	全国夏季J0大会	18:40-20:40/個別対応	18:40~20:40	17:40~19:00	17:40~19:00	15:20~16:20
23	金	全国夏季J0大会	18:40-20:00/個別対応	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
24	土	全国夏季J0大会	6:30-8:30/個別対応	6:30-8:00	7:30-8:30	7:30-8:30	Off
25	日	全国夏季J0大会	6:00-8:00/個別対応	6:00-8:00	Off	Off	Off
26	月		Off				
27	火		18:40-20:40	18:40~20:40	17:40~19:00 タイムトライアル	17:40~19:00 タイムトライアル	15:20~16:20
28	水		18:40-20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
29	木		18:00-19:30	18:30-20:00	17:00-18:00	17:00-18:00	Off
30	金		18:00-19:30	18:30-20:00	17:00-18:00	17:00-18:00	Off
31	土	兵庫県ジュニア長水路	試合	試合	試合	Off	Off

Aクラス 三田松聖での練習を実施します。日程は後日、お知らせいたします。1回 1,000円後日清算となります。

※ 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/>

