2025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	選手育成クラス	育成クラス
			Aクラス	Bクラス	Cクラス		A	B
1	土		6:30-8:30	8:00-10:00	8:00-10:00	9:00-10:00	9:00-10:00	Off
2	日	ジュニア短水路（尼崎）	試合/6:00-8:00	試合	試合	試合	試合	Off
3	月		Off	Off	Off	Off	Off	Off
4	火		18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~19:00	17:40~19:00	15:20~16:20
5	水		18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
6	木		18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~19:00	17:40~19:00	15:20~16:20
7	金		18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
8	土		6:00-8:00	6:00-8:00	6:00-8:00	Off	Off	Off
9	日		6:00-8:00	6:00-8:00	6:00-8:00	Off	Off	Off
10	月		Off	Off	Off	Off	Off	Off
11	火		18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~19:00	17:40~19:00	15:20~16:20
12	水		18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
13	木		18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~19:00	17:40~19:00	15:20~16:20
14	金		18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
15	土		6:00-8:00	6:30-8:30	6:30-8:30	7:30-8:30	7:30-8:30	Off
16	日	神戸市春季（常盤アリーナ）	試合	試合	試合	試合	試合	Off
17	月		Off	Off	Off	Off	Off	Off
18	火		18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~19:00	17:40~19:00	15:20~16:20
19	水		18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
20	木	TA記録会（西神校）	8:00-10:00/試合	8:00-10:00/試合	8:00-10:00/試合	試合	試合	Off
21	金		18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
22	土		6:00-8:00	6:30-8:30	6:30-8:30	7:30-8:30	7:30-8:30	Off
23	日	尼崎選手権（尼崎）	試合	試合	試合	試合	試合	Off
24	月		Off	Off	Off	Off	Off	Off
25	火		18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~19:00	17:40~19:00	15:20~16:20
26	水	春季JO（東京アクアティクスセンター）	18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
27	木	春季JO（東京アクアティクスセンター）	18:40~20:40	18:40~20:40	18:40~20:40	17:40~19:00（タイムトライアル）		15:20~16:20
28	金	春季JO（東京アクアティクスセンター）	18:40~20:00	18:40~20:00	18:40~20:00	17:40~18:40	17:40~18:40	15:20~16:20
29	土	春季JO（東京アクアティクスセンター）	**春休み　全クラス　OFF** **春季JO出場者は個別で練習を設定します。** **後日、お知らせ致します。**					
30	日	春季JO（東京アクアティクスセンター）						
31	月							

3月29日～31日　春休みとなります。4月1日（火）から練習再開です。

※ 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にお願いいたします。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/