

2023年2月

イトマンSS多摩校 選手・研修・育成クラス練習予定表

クラス	選手クラス								備考欄	
	Aクラス		Bクラス		Cクラス		研修クラス	育成クラス		
	AM	PM	AM	PM	AM	PM		Aクラス		Bクラス
担当	抜水		石橋		寺崎		寺崎/石橋	寺崎/石橋	寺崎/石橋	
1 水		18:30-21:00		18:30-20:30	OFF		17:30-19:00	15:30-16:30	15:30-16:30	
2 木		18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00	16:30-17:30	15:30-16:30	
3 金		18:30-21:00		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00	OFF	OFF	
4 土	OFF		7:30-9:30		7:30-9:30		17:30-18:30	OFF	OFF	
5 日	6:00-8:30		6:30-8:30		6:30-8:30		OFF	OFF	OFF	
6 月		18:30-21:00		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00	16:30-17:30	15:30-16:30	
7 火		18:30-20:00	OFF			18:30-20:00	17:30-19:00	16:30-17:30	OFF	
8 水		18:30-21:00		18:30-20:30	OFF		17:30-19:00	15:30-16:30	15:30-16:30	
9 木		18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00	16:30-17:30	15:30-16:30	
10 金		18:30-21:00		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00	OFF	OFF	
11 土	OFF		7:30-9:30		7:30-9:30		OFF	OFF	OFF	休館日
12 日	6:00-8:30		6:30-8:30		6:30-8:30		OFF	OFF	OFF	
13 月		18:30-21:00		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00	16:30-17:30	15:30-16:30	
14 火	OFF		OFF			18:30-20:00	17:30-19:00	16:30-17:30	OFF	
15 水		18:30-21:00		18:30-20:30	OFF		17:30-19:00	15:30-16:30	15:30-16:30	
16 木		18:30-20:00		18:30-20:00		18:30-20:00	17:30-19:00	16:30-17:30	15:30-16:30	
17 金		18:30-21:00		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00	OFF	OFF	
18 土	7:30-9:30	19:30-20:30	7:30-9:30		7:30-9:30		17:30-18:30	OFF	OFF	春季J0予選会 12歳以下 コナミオープン
19 日	6:30-8:30		6:30-8:30		6:30-8:30		OFF	OFF	OFF	春季J0予選会 13歳以上 コナミオープン
20 月		18:30-21:00		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00	16:30-17:30	15:30-16:30	
21 火		18:30-20:00	OFF			18:30-20:00	17:30-19:00	16:30-17:30	OFF	
22 水	OFF			18:30-20:30	OFF		17:30-18:30	15:30-16:30	15:30-16:30	
23 木	6:30-9:00		7:30-9:30		7:30-9:30		TA記録会	TA記録会	TA記録会	神奈川ブロック強化練習会(12歳以下) TA記録会(新百合ヶ丘) 休館日
24 金		18:30-21:00		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00	OFF	OFF	
25 土	OFF		7:30-9:30		7:30-9:30		17:30-18:30	OFF	OFF	神奈川県選手権
26 日	6:30-8:30		6:30-8:30		6:30-8:30		OFF	OFF	OFF	神奈川県選手権
27 月		18:30-21:00		18:30-20:30		18:30-20:30	17:30-19:00	16:30-17:30	15:30-16:30	
28 火		18:30-20:00	OFF			18:30-20:00	17:30-19:00	16:30-17:30	OFF	

■ 社会情勢により練習予定が変更される場合がございます。変更ある場合は後日ご連絡致します。ご了承下さい。

※ 2月も授業見学会を実施致します。

選手・研修・育成クラスは2月1週目～3週目(1日～21日)となります。

選手クラス：月曜日～金曜日(19:30～20:00)

研修クラス：月曜日～金曜日(17:40～18:00)

育成Aクラス：月曜日・火曜日・木曜日(16:40～17:00)/水曜日(15:40～16:00)

育成Bクラス：月曜日・水曜日・木曜日(15:40～16:00)

※時間の間違えないようにご確認下さい。時間になりましたら速やかに退出の程宜しくお願い致します。

※プールサイドでの見学は時間を守りお願い致します。

皆様のご理解・ご協力のほど宜しくお願い致します。

■ 体調管理には十分に注意してトレーニングを行いましょう。

■ 必ずマスクを着用し来館して下さい。ご家庭で検温もお願い致します。(37.0℃以上の場合は練習参加はできません)

※ 家庭内でコロナ感染者が出た場合は練習の参加ができません。(濃厚接触者として外出禁止となるため)

■ 練習を終えて着替えたら速やかに帰宅しましょう(館内にゲーム等の持ち込みは禁止です)

■ 練習には、遅刻しないようにしましょう。

■ 練習を無断で休まないようにしてください。休む場合は、フロントに連絡をしてください。