

2023年4月

イトワッ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				育成クラス				備考欄	
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM		
担当	石橋				寺崎					
1 土	OFF		6:30-8:00		6:30-8:00		17:30-18:30	OFF	OFF	
2 日	6:30-8:30		6:30-8:30		6:30-8:30		OFF	OFF	OFF	
3 月		18:30-20:30		18:30-20:30		17:30-19:00	16:30-17:30	15:30-16:30		
4 火		18:30-20:00		OFF		18:30-20:00	17:30-19:00	16:30-17:30	OFF	
5 水		18:30-20:30		18:30-20:30		17:30-19:00	15:30-16:30	15:30-16:30		
6 木		18:30-20:00		18:30-20:00		17:30-18:30	16:30-17:30	15:30-16:30		
7 金		18:30-21:00		18:30-21:00		17:30-19:00	16:30-17:30	OFF		
8 土	6:30-8:00		6:30-8:00		OFF	17:30-18:30	OFF	OFF		
9 日	6:00-8:30		6:00-8:30		6:30-8:30	OFF	OFF	OFF		
10 月	OFF		OFF		18:30-20:30	17:30-19:00	16:30-17:30	15:30-16:30		
11 火		18:30-20:00		18:30-20:00	OFF	17:30-19:00	16:30-17:30	OFF		
12 水		18:30-21:00		18:30-21:00		17:30-19:00	15:30-16:30	15:30-16:30		
13 木		18:30-20:00		18:30-20:00		17:30-18:30	16:30-17:30	15:30-16:30		
14 金		18:30-20:00		18:30-20:00		17:30-18:45	16:30-17:30	OFF		試合前日の為、選手の体調を考えて時間を考慮
15 土	試合		試合		試合	試合	試合	試合		川崎市公認記録会 (多摩大栄)
16 日	試合		試合		試合	試合	試合	試合		川崎市公認記録会 (多摩大栄)
17 月	OFF		OFF		18:30-20:30	17:30-19:00	16:30-17:30	15:30-16:30		
18 火		18:30-20:00		18:30-20:00		17:30-19:00	16:30-17:30	OFF		
19 水		18:30-21:00		18:30-21:00		17:30-19:00	15:30-16:30	15:30-16:30		
20 木		18:30-20:00		18:30-20:00		17:30-18:30	16:30-17:30	15:30-16:30		
21 金		18:30-21:00		18:30-21:00		17:30-19:00	16:30-17:30	OFF		
22 土	試合 7:30-9:30		試合 7:30-9:30		試合 7:30-9:30	17:30-18:30	OFF	OFF		神奈川県ジュニア公認 (横浜国際) 予定
23 日	試合 6:30-8:30		試合 6:30-8:30		試合 6:30-8:30	OFF	OFF	OFF		神奈川県ジュニア公認 (横浜国際) 予定
24 月	OFF		OFF		18:30-20:30	17:30-19:00	16:30-17:30	15:30-16:30		
25 火		18:30-20:00		18:30-20:00		17:30-19:00	16:30-17:30	OFF		
26 水		18:30-21:00		18:30-21:00		17:30-19:00	15:30-16:30	15:30-16:30		
27 木		18:30-20:00		18:30-20:00		17:30-18:30	16:30-17:30	15:30-16:30		
28 金		18:30-21:00		18:30-21:00		17:30-19:00	16:30-17:30	OFF		
29 土	8:00-10:00		8:00-10:00		8:00-10:00	10:30-11:30	10:30-11:30	OFF		工事の可能性があり
30 日	OFF		OFF		OFF	OFF	OFF	OFF		工事の可能性があり
31 月		18:30-21:00		18:30-21:00		18:30-20:30	17:30-19:00	16:30-17:30		工事の可能性があり

■ 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。

※ 4月も授業見学会を実施致します。

選手・研修・育成クラス又は4月1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・金曜日 (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)

※時間の間違えがないようにご確認ください。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。

※グループサイトでの見学会は時間を守りお願い致します。

■ 体調管理には十分に注意してトレーニングを行いましう。

■ エスクの着用はご家庭・個人の判断でお願いします (37.0℃以上の場合に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 (館内での携帯ゲームは禁止とします。発見した場合、携帯を館内に持ち込むことを禁止します)

■ 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。