

2023年7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Aクラス		選手Bクラス		選手Cクラス		研修クラス	育成Aクラス	育成Bクラス
		AM	PM	AM	PM	AM	PM			
1(土)		6:30~8:30		6:30~8:30		Off		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)		Off			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)			18:30~21:00		18:30~21:00		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		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		18:30~20:30	17:30~19:00	16:30~17:30	Off
8(土)		6:30~8:30		7:30~9:30		Off		17:30~18:30	Off	Off
9(日)	鹿児島国体神川県予選会(横浜国際)	Race or 6:30~8:30		Race or 6:30~8:30		Race or 6:30~8:30		Off	Off	Off
10(月)		Off			18:30~20:30		18:30~20:30	17:30~19:00	16:30~17:30	15:30~16:30
11(火)			18:30~20:00	Off			18:30~20:00	17:30~19:00	16:30~17:30	Off
12(水)			18:30~21:00		18:30~21:00		18:30~20:30	17:30~19:00	15:30~16:30	15:30~16:30
13(木)			18:30~20:00		18:30~20:00		18:30~20:00	17:30~18:30	16:30~17:30	15:30~16:30
14(金)			18:30~20:30		18:30~20:30		18:30~20:30	17:30~19:00	16:30~17:30	Off
15(土)	東京都全中予選(アクアティックセンター)	6:30~8:30	18:30~20:00	7:30~9:30		Off		17:30~18:30	Off	Off
16(日)	全国JOC JO夏季水泳競技大会神奈川予選会(横浜国際) ↓	Race or 6:30~8:30		Race or 6:30~8:30		Race or 6:30~8:30		Off	Off	Off
17(月)	↓	Race or Off		Race or Off		Race or Off		Off	Off	Off
18(火)			18:30~20:00	Off			18:30~20:00	17:30~19:00	16:30~17:30	Off
19(水)			18:30~21:00		18:30~21:00		18:30~20:30	17:30~19:00	15:30~16:30	15:30~16:30
20(木)			18:30~20:00		18:30~20:00		18:30~20:00	17:30~18:30	16:30~17:30	15:30~16:30
21(金)	全国・関東大会県予選会(横浜国際)	Race or 18:30~20:30		Race or 18:30~20:30			18:30~20:30	17:30~19:00	16:30~17:30	Off
22(土)	↓	Race or 6:30~8:30		Race or 6:30~8:30		Off		17:30~18:30	Off	Off
23(日)		6:30~8:30		6:30~8:30		6:30~8:30		Off	Off	Off
24(月)		Off			18:30~20:30		18:30~20:30	17:30~19:00	16:30~17:30	15:30~16:30
25(火)			18:30~20:00	Off			18:30~20:00	17:30~19:00	16:30~17:30	Off
26(水)			18:30~21:00		18:30~21:00		18:30~20:30	17:30~19:00	15:30~16:30	15:30~16:30
27(木)			18:30~20:00		18:30~20:00		18:30~20:00	17:30~18:30	16:30~17:30	15:30~16:30
28(金)			18:30~20:30		18:30~20:30		18:30~20:30	17:30~19:00	16:30~17:30	Off
29(土)	全国JOC JO夏季水泳競技大会神奈川予選会(相模原)	Race or 6:30~8:30		Race or 6:30~8:30		Race or Off		13:00~14:30	Off	Off
30(日)		6:30~8:30		6:30~8:30		6:30~8:30		Off	Off	Off
31(月)		Off		6:30~8:30		6:30~8:30		13:00~14:30	13:00~14:00	13:00~14:00

※ 変更がある場合には、改めてご連絡をいたします。