

2023年11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(水)	東スイ招待(東京アクアティクスセンター)	Race or 18:30~21:00		Race or 18:30~21:00			18:30~20:30	17:30~19:00	15:30~16:30	15:30~16:30
2(木)		Race or 18:30~20:00		Race or 18:30~20:00			18:30~20:00	17:30~18:30	16:30~17:30	15:30~16:30
3(金)	休校日(文化の日)	Race or 7:30~9:30		Race or 7:30~9:30		Race or 7:30~9:30		Off	Off	Off
4(土)		Race or 7:30~9:30		Race or 7:30~9:30		Off		17:30~18:30	Off	Off
5(日)	四地域対抗戦(相模原)	Race or 6:30~8:30		Race or 6:30~8:30		Race or 6:30~8:30		Off	Off	Off
6(月)		Off			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		Off or 18:30~20:00		17:30~19:00	16:30~17:30	Off
8(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
9(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
10(金)			18:30~21:00		18:30~21:00		18:30~20:00	17:30~18:30	16:30~17:30	Off
11(土)	ジュニアスプリント(横浜国際)	Race or 7:30~9:30		Race or 7:30~9:30		Race or Off		Off	Off	Off
12(日)	ジュニアスプリント(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
13(月)		Off			18:30~20:30		18:30~20:30	17:30~19:00	16:30~17:30	15:30~16:30
14(火)			18:30~20:00	Off		Off or 18:30~20:00		17:30~19:00	16:30~17:30	Off
15(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
16(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
17(金)			18:30~21:00		18:30~21:00		18:30~20:30	17:30~19:00	16:30~17:30	Off
18(土)		7:00~9:00		7:30~9:30		Off		17:30~18:30	Off	Off
19(日)		6:30~8:30		6:30~8:30		6:30~8:30		Off	Off	Off
20(月)		Off		Off			18:30~20:30	17:30~19:00	16:30~17:30	15:30~16:30
21(火)			18:30~20:00		18:30~20:00		18:30~20:00	17:30~19:00	16:30~17:30	Off
22(水)			18:30~20:00		18:30~20:00		18:30~20:00	17:30~18:30	15:30~16:30	15:30~16:30
23(木)	休校日/神奈川ブロック対抗戦(新百合ヶ丘)	Race or Off		Race or Off		Race or Off		Race or off	Race or off	Race or off
24(金)			18:30~21:00		18:30~21:00		18:30~20:30	17:30~19:00	16:30~17:30	Off
25(土)		7:00~9:00		7:30~9:30		Off		17:30~18:30	Off	Off
26(日)		6:30~8:30		6:30~8:30		6:30~8:30		Off	Off	Off
27(月)		Off			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
29(水)	休校日		18:00~20:00		18:00~20:00		18:00~20:00	17:00~18:00	17:00~18:00	17:00~18:00
30(木)	休校日		18:00~20:00		18:00~20:00		18:00~20:00	Off	Off	Off

※ 各レース前日は練習終了時間に変更がありますので、担当コーチよりお伝え致します。

※ 休校日はバスはご利用になれませんのでご注意ください。

※ その他変更等がありましたら改めて連絡致します。

12月競技会予定

3日 川崎ジュニア記録会(NECグリーン溝の口)

16日・17日 ゆめ団体(さがみはらグリーンプール)