

2024年5月度 選手・研修・育成クラス 練習スケジュール表

日	曜日	行事予定	選手クラスA (餅月)		選手クラスB (小林)		研修	育成
			AM	PM	AM	PM		
4/29	月	餅月先生→私用にて4月29日~5月5日まで休み	Off		Off		Off	Off
30	火	プール内工事(照明)	練習時間変更→	18:00~20:15(桜井)	練習時間変更→	17:00~19:00	Off	Off
5/1	水	GW強化期間4月30日-5月6日	Off(※練習参加の場合は小林クラス)			18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
2	木			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~21:00(桜井)	練習します→	18:50~20:50(小林)	17:40~19:00	16:30~17:40
3	金	15分勉強会(桜井)	7:30~7:45(勉強会)英語教室 7:45~10:00(水中)桜井	13:00~15:00(桜井)	10:00~12:00	15:00~15:15(勉強会)英語教室 桜井 15:15~17:15(水中)小林	Off	Off
4	土	15分勉強会(桜井)	7:30~7:45(勉強会)英語教室 7:45~10:00(水中)桜井	13:00~15:00(桜井)	10:00~12:00	15:00~15:15(勉強会)英語教室 桜井 15:15~17:15(水中)小林	Off	Off
5	日		7:30~9:45(桜井)	Off	10:00~12:00	Off	Off	Off
6	月	通常営業	7:30~9:45(餅月)	Off	Off(練習ありません。ご注意ください。)		17:40~19:00	16:30~17:40
7	火			18:00~20:00		18:00~18:40(陸トレ) 18:50~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
8	水		Off			18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
9	木			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	Off		17:40~19:00	16:30~17:40
10	金	イトマンオープン 12歳以下 移動日 桜井(移動組は朝練予定)		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
11	土	イトマンオープン 12歳以下(アクアティクスセンター)桜井	7:30-9:30(合同 小林) 餅月 マスターズ試合引率のため				16:30~18:00	Off
12	日	イトマンオープン 12歳以下(アクアティクスセンター)桜井	6:30-8:30(合同 小林) 餅月 マスターズ試合引率のため				Off	Off
13	月			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50(桜井)		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
14	火	小林先生→私用にて休み 桜井→会議不在		18:00~20:00		18:00~18:40(陸トレ) 18:50~20:00(餅月)	17:40~19:00	16:30~17:50
15	水	パリオリンピックイトマン選手壮行会(桜井)新宿	Off			18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
16	木			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	Off		17:40~19:00	16:30~17:40
17	金	イトマンオープン 13歳以上 移動日 桜井(移動組は朝練予定)		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
18	土	イトマンオープン 13歳以上(アクアティクスセンター)桜井 研修クラステスト	7:00~7:30(陸トレ) 7:30~9:30	17:40~19:10	7:30~9:30	17:40~19:10	16:30~18:00	Off
19	日	イトマンオープン 13歳以上(アクアティクスセンター)桜井	6:30~8:30		6:20~8:20		Off	Off
20	月		桜井不在→	18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50(小林)		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
21	火			18:00~20:00		18:00~18:40(陸トレ) 18:50~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
22	水		Off			18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
23	木			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	Off		17:40~19:00	16:30~17:40
24	金	育成クラステスト		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
25	土	関西選手権ジュニア(ラクタブドーム)桜井・餅月	7:30-9:30(合同 小林) 餅月 試合引率のため				16:30~18:00	Off
26	日	関西選手権ジュニア(ラクタブドーム)桜井・小林	6:30-8:30(合同 餅月) 小林 試合引率のため				Off	Off
27	月			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50(桜井)		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
28	火			18:00~20:00		18:00~18:40(陸トレ) 18:50~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
29	水	イトマン全社研修会がある場合は月末変更になります。	Off			18:00~20:00	Off	Off
30	木			18:00~20:00	Off		Off	Off
31	金			18:00~20:00		18:00~20:00	Off	Off

※ 練習時間の変更がある場合には、らくらく連絡網にてご連絡致します。
 ※ 選手研修クラスは入場後すぐに練習開始します。週6回設定で、5回以上練習に参加して下さい。
 ※ 選手育成クラスは週5回設定で、4回以上練習に参加して下さい。
 ※ 研修クラスは18日(土)がテスト 育成クラスは24日(金)がテストになります。