

2024年6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		
5/29	水		練習します→	18:30~20:30		18:00~20:00	Off	Off
30	木	イトマン全社員研修会(東京・新宿)決定	Off(練習ありません。ご注意ください。)		Off		Off	Off
31	金			18:00~20:00	練習時間変更→	17:00~19:00	Off	Off
6/1	土		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
2	日	奈良県水泳記録会(スイムピア)桜井・小林	Race		Race(不参加者off)		Off	Off
3	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
4	火			18:00~20:00		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
5	水		Off			18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
6	木			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	Off		17:40~19:00	16:30~17:40
7	金			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
8	土		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
9	日	校内記録会(大和郡山校)	6:30~8:30		6:20~8:20		Race	Race
10	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
11	火			18:00~20:00		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
12	水		Off			18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
13	木			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	Off		17:40~19:00	16:30~17:40
14	金			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
15	土	奈良県選手権(スイムピア)桜井・餅月	Race(不参加者off)				Off(コーチ不在)	Off
16	日	奈良県選手権(スイムピア)桜井・小林	Race(不参加者off)				Off	Off
17	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
18	火			18:00~20:00		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
19	水		Off			18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
20	木			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	Off		17:40~19:00	16:30~17:40
21	金	奈良県高校選手権(スイムピア)		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
22	土	奈良県高校選手権(スイムピア) 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
23	日	奈良県高校選手権(スイムピア) TA記録会(大和郡山校)	6:30~8:30		Race 6:20~8:20(不参加者)		Race	Race
24	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
25	火			18:00~20:00		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
26	水		Off			18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
27	木			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	Off		17:40~19:00	16:30~17:40
28	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
29	土	休校日	9:00~11:00	Off	7:00~9:00	Off	Off	Off
30	日	休校日	9:00~11:00	Off	7:00~9:00	Off	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22日(土)がテスト 育成クラスは28日(金)がテストになります。								