

2025年7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 (中澤)		選手クラスB (小林)		選手クラスC (板野)		研修	育成
			AM	PM	AM	PM	AM	PM		
6/30	月		全クラスOFF						Off	Off
7/1	火			18:00~20:00		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
2	水		Off			18:00~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
3	木			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	Off			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	17:40~19:00	16:30~17:50
4	金			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:00~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
5	土		6:30~8:30	18:00~19:30 Race組off	6:20~8:20	18:00~19:30 Race組off	6:20~8:20	18:00~19:30 Race組off	16:30~18:00	Off
6	日	和歌山県年齢別選手権(秋葉山公園県民水泳場)	Race 不参加者6:30~8:30		Race 不参加者6:20~8:20		Race 不参加者6:20~8:20		Off	Off
7	月			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50		18:00~20:00	Off		17:40~19:00	16:30~17:40
8	火			18:00~20:00		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
9	水		Off			18:00~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
10	木			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	Off			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	17:40~19:00	16:30~17:50
11	金			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:00~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
12	土	サマーフェスティバル長水路(スイムピア)	Race(不参加者off)						16:30~18:00	Off
13	日	サマーフェスティバル短水路(スイムピア)	Race(不参加者off)						Off	Off
14	月			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50		18:00~20:00	Off		17:40~19:00	16:30~17:40
15	火			18:00~20:00		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
16	水		Off			18:00~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
17	木			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	Off			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	17:40~19:00	16:30~17:50
18	金	育成クラステスト		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:00~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
19	土	研修クラステスト	6:30~8:30	18:00~19:30	6:20~8:20	18:00~19:30	6:20~8:20	18:00~19:30	16:30~18:00	Off
20	日		Off		6:20~8:20		6:20~8:20		Off	Off
21	月	近畿高校(インフロンニア草津)	8:00~10:00		8:00~10:00		Off		Off	Off
22	火	近畿高校(インフロンニア草津)		18:00~20:00		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00	8:00~10:00		17:40~19:00	16:30~17:40
23	水	近畿高校(インフロンニア草津)	8:00~9:00 (県中学参加者のみ)			18:00~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:40
24	木	奈良県中学(スイムピア)	Off(高校生 23日(水)の取扱いのため)		Off			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50	17:40~19:00	16:30~17:50
25	金	奈良県中学(スイムピア)		18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:00		18:00~20:00		18:00~20:00	17:40~19:00	16:30~17:50
26	土		6:30~8:30		6:20~8:20		6:20~8:20		16:30~18:00	Off
27	日	奈良県ジュニア夏季(スイムピア)	Race(不参加者off)						Off	Off
28	月			18:10~18:40(陸トレ) 18:50~20:50		18:00~20:00	Off		17:40~19:00	16:30~17:40
29	火			13:00~15:00	6:30~8:30		6:30~8:30		13:00~14:00	Off
30	水		Off		6:30~8:30		6:30~8:30		Off	Off
31	木		8:00~10:00		Off		8:00~10:00		Off	Off

※ 練習時間の変更がある場合には、らくらく連絡網plus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19日(土)がテスト 育成クラスは18日(金)がテストになります。

システム変更の都合上、今後3週目がテストとなります。ご了承ください。

システム変更の際、お手紙にてマイページより欠席連絡が可能になるとお伝えしましたが、

育成・研修・選手クラスの欠席登録ができないため、従来通りフロントまで

ご連絡いただけますようお願いいたします。

奈良県ジュニア夏季がJIO最終予選となります。後悔しないように日々の練習を頑張りましょう！