

2014年

9月 練習予定表

イトマンスイミングスクール 横浜校

日	曜日	選手クラス				研修クラス		育成クラス	育成クラス	行事予定
		AB(桜井)・青木		C(小野)・千田		統括(桜井)				
		AM	PM	AM	PM	C-1(A小野) (千田)	C-1(B間島) (青木)	C-2(畠山)	C-3(桜井)	備考
1	月	休み		休み	18:40~20:40	17:35~19:10	17:35~19:10	16:30~17:30	休み	会議(桜井)
2	火	休み	18:40~20:10	休み	18:40~20:10	17:35~18:35	17:35~18:35	16:30~17:30	15:30~16:30	
3	水	5:45~7:30	18:40~20:10	休み	18:40~20:10	17:35~18:35	17:35~18:35	休み	休み	会議(桜井)
4	木	休み	18:40~20:40	休み	18:40~20:40	17:35~18:35	17:35~18:35	16:30~17:30	15:30~16:30	練習ノート提出 第2回選手クラス個人メドレー記録会 (C1クラスは1時間となります)
5	金	休み	19:10~21:30	休み		17:35~19:10	17:35~19:10	16:30~17:30	休み	日本学生選手権(横浜国際) 選手担当コーチミーティング (泳法について)
6	土	7:30~9:30 (イベントの為)	休み	7:30~9:30 (イベントの為)	休み	17:35~18:35	17:35~18:35	休み	16:30~17:30	
7	日	7:30~10:00	休み	7:30~9:30	休み	休み	休み	休み	休み	
8	月	休み		休み	18:40~20:40	17:35~19:10	17:35~19:10	16:30~17:30	休み	
9	火	休み	18:40~20:10	休み	18:40~20:10	17:35~18:35	17:35~18:35	16:30~17:30	15:30~16:30	
10	水	5:45~7:30	18:40~20:10	休み	18:40~20:10	17:35~18:35	17:35~18:35	休み	休み	
11	木	休み	19:10~21:30	休み	18:40~20:40	17:35~19:10	17:35~19:10	16:30~17:30	15:30~16:30	
12	金	休み	19:10~21:30	休み		17:35~19:10	17:35~19:10	16:30~17:30	休み	会議(桜井)
13	土	7:30~9:30 (イベントの為)	休み	7:30~9:30 (イベントの為)	休み	17:35~18:35	17:35~18:35	休み	16:30~17:30	選手担当コーチミーティング (目標設定について)
14	日	7:30~10:00	休み	7:30~9:30 (TA参加者はw-upを行う)	休み	TA記録会	TA記録会	休み	休み	TA記録会(港北)小野・千田 校内イベント 桜井・青木
15	月	休み		8:00~10:00	休み	10:00~11:30	10:00~11:30	休み	休み	休校日 研修(担当小野・青木) 神奈川県中学新人戦(横浜国際)
16	火	休み	18:40~20:10	休み	18:40~20:10	17:35~18:35	17:35~18:35	16:30~17:30	15:30~16:30	
17	水	休み	18:40~20:10	休み	18:40~20:10	17:35~18:35	17:35~18:35	休み	休み	
18	木	休み	19:10~21:30	休み	18:40~20:40	17:35~19:10	17:35~19:10	16:30~17:30	15:30~16:30	
19	金	休み	19:10~21:30	休み		17:35~19:10	17:35~19:10	16:30~17:30	休み	会議(桜井)
20	土	8:00~10:00	休み	8:00~10:00	休み	17:35~18:35	17:35~18:35	休み	16:30~17:30	マスターズ大会(間島) 選手担当コーチミーティング(泳法について)
21	日	試合 出場しない選手は休み		試合 出場しない選手は休み		休み	休み	休み	休み	神奈川県Jr公認(さがみはら)桜井・小野
22	月	休み		休み	18:40~20:40	17:35~19:10	17:35~19:10	16:30~17:30	休み	
23	火	時間未定(桜井クラス・小野クラス合同で 練習予定)				休み	休み	休み	休み	休校日 特習クラス対抗戦(新百合)男子コーチ
24	水	休み	18:40~20:10	休み	18:40~20:10	17:35~18:35	17:35~18:35	休み	休み	
25	木	休み	19:10~21:30	休み	18:40~20:40	17:35~19:10	17:35~19:10	16:30~17:30	15:30~16:30	
26	金	休み	19:10~21:30	休み		17:35~19:10	17:35~19:10	16:30~17:30	休み	
27	土	7:30~9:30 (イベントの為)	休み	7:30~9:30 (イベントの為)	休み	17:35~18:35	17:35~18:35	休み	16:30~17:30	選手担当コーチミーティング (試合結果について)
28	日	7:30~10:00	休み	試合 出場しない選手は 7:30~9:30		試合	試合	休み	休み	横浜ABC(医科学センター)小野・青木
29	月	休み	18:30~20:30	休み	18:30~20:30	17:00~18:30	17:00~18:30	休み	休み	休校日 研修(担当小野・青木)
30	火	休み								休校日 全社員研修会(新宿)

◎研修クラス(中学生)は9/3・9/10に行う朝練参加可能です。

◎選手クラスのメインレース9/21(県Jr) 研修クラスメインレース9/28(ABC級)となります。

◎8月の練習予定表でお知らせしたように、担当コーチが変わっております。詳しくは8月予定表の裏面をご確認下さい。

◎練習の時間や休日が変更されている場合がありますのでご確認下さい。

尚、急遽変更の場合は担当コーチより伝達致します。不明な点は担当コーチまでお願いします。