

2017年10月度 選手・育成クラス 練習スケジュール表

イトマンスイミングスクール三田校

|    | 行事予定 | 選手クラス           |             | 研修クラス |             |
|----|------|-----------------|-------------|-------|-------------|
|    |      | AM              | PM          | AM    | PM          |
| 1  | 日    | Off             |             | Off   |             |
| 2  | 月    | Off             |             | Off   |             |
| 3  | 火    |                 | 18:40~20:40 |       | 17:40~18.40 |
| 4  | 水    |                 | 18:40~20:00 |       | 17:40~18.40 |
| 5  | 木    |                 | 18:40~20:40 |       | 17:40~18.40 |
| 6  | 金    |                 | 18:40~20:00 |       | 17:40~18.40 |
| 7  | 土    | ※6:30~8:30      |             |       | Off         |
| 8  | 日    | 7:30~9:15       |             |       | Off         |
| 9  | 月    | Off             |             | Off   |             |
| 10 | 火    |                 | 18:40~20:40 |       | 17:40~18.40 |
| 11 | 水    |                 | 18:40~20:00 |       | 17:40~18.40 |
| 12 | 木    |                 | 18:40~20:40 |       | 17:40~18.40 |
| 13 | 金    |                 | 18:40~20:00 |       | 17:40~18.40 |
| 14 | 土    | 8:00~10:00      |             |       | Off         |
| 15 | 日    | スプリンター&ディスタンス大会 | Off         |       | Off         |
| 16 | 月    | Off             |             | Off   |             |
| 17 | 火    |                 | 18:40~20:40 |       | 17:40~18.40 |
| 18 | 水    |                 | 18:40~20:00 |       | 17:40~18.40 |
| 19 | 木    |                 | 18:40~20:40 |       | 17:40~18.40 |
| 20 | 金    |                 | 18:40~20:00 |       | 17:40~18.40 |
| 21 | 土    | 8:00~10:00      |             |       | Off         |
| 22 | 日    | 会長研修            | 7:30~9:15   |       | Off         |
| 23 | 月    | Off             |             | Off   |             |
| 24 | 火    |                 | 18:40~20:40 |       | 17:40~18.40 |
| 25 | 水    |                 | 18:40~20:00 |       | 17:40~18.40 |
| 26 | 木    |                 | 18:40~20:40 |       | 17:40~18.40 |
| 27 | 金    |                 | 18:40~20:00 |       | 17:40~18.40 |
| 28 | 土    | 8:00~10:00      |             |       | Off         |
| 29 | 日    | 明石市室内選手権        | Off         |       | Off         |
| 30 | 月    | Off             |             | Off   |             |
| 31 | 火    |                 |             |       |             |

- ☆ 10月1日(日):秋季姫路市室内選手権(姫路市立総合スポーツ会館)
- ☆ 10月15日(日):兵庫地域スプリンター&ディスタンス大会(三木山総合運動公園屋内プール)
- ☆ 10月29日(日):明石市室内選手権(三木山総合運動公園屋内プール)
- ☆ **選手クラス6:30からの練習日は、6:20に自動ドア前に集合して下さい。**  
**※集合時間に遅れた場合は、7時の開錠まで自動ドアの前で待っていて下さい。**
- ※ 練習時間に注意して間違いのないようにして下さい。
- ※ 配布物等はフロントで配布します。
- ※ 三田校HP(選手の活動日記)にも記載致しますのでご覧下さい。
- ※ **西神校が校舎修繕のため、10月のみ(火・木曜日)選手クラスが三田校で練習をします。**

