

11月	日	月	火	水	木	金	土
選手A ・ B コ ース 予 定 表							1
							7:30～9:30 総合プール
	2	3	4	5	6	7	8
	JSCA	OFF	17:45 ～ 20:30	18:15 ～ 20:30	17:45 ～ 20:30	18:15 ～ 20:30	6:00～8:00 A15:45～19:00 B16:15～19:00
	9	10	11	12	13	14	15
	7:30～9:30 総合プール	OFF	17:45 ～ 20:30	18:15 ～ 20:30	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 20:00	6:00～8:00
	16	17	18	19	20	21	22
	スイフェス	A16:50～19:00 B18:20～20:30	OFF	18:15 ～ 20:30	17:45 ～ 20:30	18:15 ～ 20:30	6:00～8:00 A15:45～19:00 B16:15～19:00
	23/30	24	25	26	27	28	29
	総合プール 6:00～8:00	OFF	17:45 ～ 20:30	18:15 ～ 20:30	17:45 ～ 20:30	18:15 ～ 20:30	6:00～8:00 A15:45～19:00 B16:15～19:00

* 日によって練習場所が変わりますので、ご注意ください。なお、都合により変更がある場合には担当コーチより連絡いたします

11月	日	月	火	水	木	金	土
選手C ・ C コ ース 予 定 表							1
							7:30～9:30 総合プール
	2	3	4	5	6	7	8
	JSCA	OFF	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	6:00～8:00 16:15～19:00
	9	10	11	12	13	14	15
	7:30～9:30 総合プール	OFF	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	6:00～8:00
	16	17	18	19	20	21	22
	スイフェス	18:15 ～ 19:30	OFF	17:45 ～ 19:00	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	6:00～8:00 16:15～19:00
	23/30	24	25	26	27	28	29
	総合プール 6:00～8:00	OFF	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	6:00～8:00 16:15～19:00

* 日によって練習場所が変わりますので、ご注意ください。なお、都合により変更がある場合には担当コーチより連絡いたします

11月	日	月	火	水	木	金	土
育成 予定表							1
							7:30～9:30
	2	3	4	5	6	7	8
	ゆびあす 7:30～9:30	ゆびあす 7:30～9:30		17:45 ～ 19:00		17:45 ～ 19:00	7:30～9:30
	9	10	11	12	13	14	15
	7:30～9:30	17:15 ～ 18:30		17:45 ～ 19:00		17:45 ～ 19:00	7:30～9:30
	16	17	18	19	20	21	22
	スイフェス	17:15 ～ 18:30		17:45 ～ 19:00		17:45 ～ 19:00	7:30～9:30
	23/30	24	25	26	27	28	29
	7:30～9:30	ゆびあす 7:30～9:30		17:45 ～ 19:00		17:45 ～ 19:00	7:30～9:30

* 日によって練習場所が変わりますので、ご注意ください。なお、都合により変更がある場合には担当コーチより連絡いたします

11月	日	月	火	水	木	金	土
準育成 予定表							1
	2	3	4	5	6	7	8
			17:30		17:30	18:00	
			～		～	～	
			18:30		18:30	19:00	
	9	10	11	12	13	14	15
			17:30		17:30	18:00	
			～		～	～	
			18:30		18:30	19:00	
	16	17	18	19	20	21	22
	スイミング				～	～	
	フェスティバル				18:30	19:00	
	23/30	24	25	26	27	28	29
			17:30		記録会	18:00	
			～		17:30～	～	
			18:30		18:30	19:00	

日によって練習場所が変わりますので、ご注意ください。なお、都合により変更がある場合には担当コーチより連絡いたします

11月	日	月	火	水	木	金	土
キジ ッユ ズニ アマ ママ スス ターゼ 予定表							1
	2	3	4	5	6	7	8
			17:30		17:30		
			～		～		
			18:30		18:30		
	9	10	11	12	13	14	15
			17:30		17:30		
			～		～		
			18:30		18:30		
	16	17	18	19	20	21	22
			休館日		17:30		
					～		
					18:30		
	23/30	24	25				
			17:30		記録会		
			～		17:30～		
			18:30		18:30		

* 日によって練習場所が変わりますので、ご注意ください。なお、都合により変更がある場合には担当コーチより連絡いたします

11月	日	月	火	水	木	金	土
ミドル マスター 予定表							1
							7:30～9:30
	2	3	4	5	6	7	8
				18:00			
	JSCA	ゆびあす		～			7:30～9:30
		7:30～9:30		19:00			
	9	10	11	12	13	14	15
		18:30		18:00			
		～		～			7:30～9:30
		19:30		19:00			
	16	17	18	19	20	21	22
		18:30		18:00			
	スイフェス	～		～			7:30～9:30
		19:30		19:00			
	23/30	24	25	26	27	28	29
				18:00			
		ゆびあす		～			7:30～9:30
		7:30～9:30		19:00			

* 日によって練習場所が変わりますので、ご注意ください。なお、都合により変更がある場合には担当コーチより連絡いたします