

8月	日	月	火	水	木	金	土
選手A・B コース予定表						1	2
						18:15 ～ 20:30	ゆびあす AB 6:00～8:00
	3	4	5	6	7	8	9
	ゆびあす AB 6:00～8:00	OFF	17:45 ～ 20:30	18:15 ～ 20:30	17:45 ～ 20:30	18:15 ～ 20:30	ゆびあす AB 6:00～8:00
	10	11	12	13	14	15	16
	ゆびあす AB 6:00～8:00	OFF	17:45 ～ 20:30	ゆびあす A6:00～8:00 B7:30～9:30	ゆびあす A6:00～8:00 B7:30～9:30	ゆびあす A6:00～8:00 B7:30～9:30	ゆびあす A6:00～8:00 B7:30～9:30
	17	18	19	20	21	22	23
	ゆびあす A6:00～8:00 B7:30～9:30	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 総合プール
	24	25	26	27	28	29	30
	17日と同様 31	OFF	17:45 ～ 20:30	18:15 ～ 20:30	17:45 ～ 20:30	18:15 ～ 20:30	6:00～8:00 総合プール
盛岡市民スポーツ大会							

＊ 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

8月	日	月	火	水	木	金	土
選手C コース予定表						1	2
						17:45 ～ 19:00	ゆびあす 7:30～9:30
	3	4	5	6	7	8	9
	ゆびあす 7:30～9:30	OFF	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	ゆびあす 7:30～9:30
	10	11	12	13	14	15	16
	ゆびあす 7:30～9:30	OFF	17:45 ～ 20:30	ゆびあす 7:30～9:30	ゆびあす 7:30～9:30	ゆびあす 7:30～9:30	ゆびあす 7:30～9:30
	17	18	19	20	21	22	23
	ゆびあす 7:30～9:30	18:15 ～ 19:30	OFF	17:45 ～ 19:00	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	6:00～8:00 総合プール サマーキャンプ
	24	25	26	27	28	29	30
	17日と同様 31	OFF	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	17:45 ～ 20:30	17:45 ～ 19:00	6:00～8:00 総合プール
盛岡市民スポーツ大会							

＊ 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

8月	日	月	火	水	木	金	土
育成						1	2
						17:45 ～ 19:00	ゆびあす 7:30～9:30
	3	4	5	6	7	8	9
	ゆびあす 7:30～9:30	17:15 ～ 18:30		17:45 ～ 19:00		17:45 ～ 19:00	ゆびあす 7:30～9:30
	10	11	12	13	14	15	16
	ゆびあす 7:30～9:30	ゆびあす 7:00～9:00		ゆびあす 7:30～9:30		ゆびあす 7:30～9:30	ゆびあす 7:30～9:30
	17	18	19	20	21	22	23
	ゆびあす 7:30～9:30	17:15 ～ 18:30		17:45 ～ 19:00		17:45 ～ 19:00	サマーキャンプ
	24	25	26	27	28	29	30
	サマーキャンプ	17:15 ～ 18:30		17:45 ～ 19:00	記録会 17:30～ 18:30	17:45 ～ 19:00	7:30～9:30 総合プール
予定表	31						
	盛岡市民スポーツ大会						

＊ 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

8月	日	月	火	水	木	金	土
準育成						1	2
						18:00 ～ 19:00	
	3	4	5	6	7	8	9
			17:30 ～ 18:30		17:30 ～ 18:30	18:00 ～ 19:00	
	10	11	12	13	14	15	16
			17:30 ～ 18:30		お休み	お休み	
	17	18	19	20	21	22	23
			休館日		17:30 ～ 18:30	18:00 ～ 19:00	サマーキャンプ
	24	25	26	27	28	29	30
	サマーキャンプ		17:30 ～ 18:30		記録会 17:30～ 18:30	18:00 ～ 19:00	
予定表	31						
	盛岡市民スポーツ大会						

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

8月	日	月	火	水	木	金	土
キッズ ユニ ア マ ス タ ー 予 定 表						1	2
	3	4	5	6	7	8	9
			17:30		17:30		
			～		～		
			18:30		18:30		
	10	11	12	13	14	15	16
			17:30		お休み		
			～				
			18:30				
	17	18	19	20	21	22	23
			休館日		17:30		
					～		
					18:30		
	24	25	26	27	28	29	30
			17:30		記録会		
	31		～		17:30～		
	盛岡市民スポーツ大会		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

8月	日	月	火	水	木	金	土
ミドル マ ス タ ー 予 定 表						1	2
							ゆびあす 7:30～ 9:30
	3	4	5	6	7	8	9
		18:30		18:00			ゆびあす 7:30～ 9:30
		～		～			
		19:30		19:00			
	10	11	12	13	14	15	16
		ゆびあす					ゆびあす 7:30～ 9:30
		7:00～9:00		ゆびあす 7:30～9:30			
	17	18	19	20	21	22	23
		18:30		18:00			7:30～9:30
		～		～			総合プール サマーキャンプ
		19:30		19:00			
	24	25	26	27	28	29	30
	サマーキャンプ	18:30		18:00	記録会		7:30～9:30
	31	～		～	17:30～		総合プール
	盛岡市民スポーツ大会	19:30		19:00	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