

2017年11月 東京スイミングセンター選手クラス予定表

日	曜	行事	A7級 (服部先生)	A6級 (久我先生)	A5級 (藤原先生)	A4級 (加藤先生)	A3級 小3以上 (大崎先生)	A2級 小4以上 (加々美先生)	A2級小3以下 A3級小2以下 (七呂先生)	A1級小学生 (井出先生)	A級小学生 (山本先生)	AA級小学生 (服部先生)	AA級・A級 中高生 (久我先生)
1	水		15:00-16:00 16:15-17:15	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-18:45	お休み	お休み	18:00-20:45	18:45-20:45
2	木		15:00-16:00 16:15-17:15	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	お休み	お休み	17:15-18:45	17:15-19:15	17:15-19:15	18:00-20:45	19:15-21:15
3	金	選手強化日	お休み	お休み	お休み	お休み	10:30-12:00	10:30-12:00	8:30-10:30	8:30-10:30	8:30-10:30	8:30-10:30	17:00-19:00
4	土	東京都秋季 (辰巳)	10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	14:45-16:30	14:45-16:30	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	14:30-16:30
5	日		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	14:45-16:30	14:45-16:30	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	14:30-16:30
6	月		15:00-16:00 16:15-17:15	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-19:15	18:45-20:45	お休み	18:45-20:45
7	火		お休み	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	17:15-18:45	17:15-18:45	お休み	17:15-19:15	17:15-19:15	18:00-20:45	お休み
8	水		15:00-16:00 16:15-17:15	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-18:45	お休み	お休み	18:00-20:45	18:45-20:45
9	木		15:00-16:00 16:15-17:15	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	お休み	お休み	17:15-18:45	17:15-19:15	17:15-19:15	18:00-20:45	19:15-21:15
10	金		お休み										
11	土		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	14:45-16:30	14:45-16:30	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	19:00-21:00
12	日	センター内記録会	下記はセンター内記録会の集合時間です。										
			13:30集合	13:30集合	14:00集合	14:00集合	14:30集合	14:30集合	14:30集合	14:30集合	14:30集合	14:30集合	15:00集合
13	月		15:00-16:00 16:15-17:15	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-19:15	18:45-20:45	お休み	18:45-20:45
14	火		お休み	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	17:15-18:45	17:15-18:45	お休み	17:15-19:15	17:15-19:15	18:00-20:45	お休み
15	水		15:00-16:00 16:15-17:15	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-18:45	お休み	お休み	18:00-20:45	18:45-20:45
16	木		15:00-16:00 16:15-17:15	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	お休み	お休み	17:15-18:45	17:15-19:15	17:15-19:15	18:00-20:45	19:15-21:15
17	金		お休み	お休み	お休み	お休み	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-19:15	17:15-19:15	18:00-20:45	19:15-21:15
18	土		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	14:45-16:30	14:45-16:30	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	19:00-21:00
19	日		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	14:45-16:30	14:45-16:30	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	19:00-21:00
20	月		15:00-16:00 16:15-17:15	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-19:15	18:45-20:45	お休み	18:45-20:45
21	火		お休み										
22	水	東京 スイミングセンター ジュニア優秀選手 招待記録会	競技会に出場しない選手はお休み										
23	木												
24	金												
25	土												
26	日												
27	月		お休み										
28	火		お休み	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	17:15-18:45	17:15-18:45	お休み	17:15-19:15	17:15-19:15	18:00-20:45	お休み
29	水		15:00-16:00 16:15-17:15	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	17:15-18:45	17:15-18:45	17:15-18:45	お休み	お休み	18:00-20:45	18:45-20:45
30	木		15:00-16:00 16:15-17:15	16:15-17:15	17:15-18:30	17:15-18:30	お休み	お休み	17:15-18:45	17:15-19:15	17:15-19:15	18:00-20:45	19:15-21:15

- 靴は靴箱か靴専用ロッカーに入れて下さい。更衣ロッカー内にしまわないようにして下さい。
- ロッカールームでの飲食、休養は禁止です。
- 練習時間・競技会等のお問い合わせは担当コーチまでご連絡下さい。
- 盗難防止の為、ロッカーの使用と施錠を義務付けます。施錠を確認できない選手は、練習への参加をお断り致します。
- A-5級以上のクラスは練習中の撮影を禁止とさせていただきます。なお、センター内記録会では引き続き撮影許可証を発行致しますので、ご利用くださいますようお願い申し上げます。

