

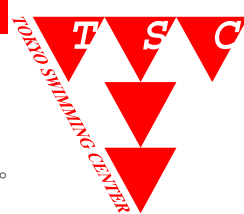
2019年5月 東京スイミングセンター選手クラス予定表

| 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 2班 (七呂先生) | A3級 1班 (加々美先生) | A2級 (立川先生) | 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 | | 10:30-11:45 | お休み | お休み | お休み | 13:00-14:30 | 14:30-16:00 | 14:30-16:00 | お休み | お休み | 9:00-10:30 | 18:30-20:30 |
| 2 | 木 | | 10:30-11:45 | 11:45-13:00 | 13:00-14:30 | 13:00-14:30 | お休み | お休み | お休み | 9:00-10:30 | 9:00-10:30 | 9:00-10:30 | 16:00-18:00 |
| 3 | 金 | | お休み | お休み | お休み | お休み | 13:00-14:30 | 14:30-16:00 | 14:30-16:00 | 9:00-10:30 | 9:00-10:30 | 9:00-10:30 | 18:30-20:30 |
| 4 | 土 | 選手強化日 | お休み | お休み | 13:30-15:00 | 12:00-13:30 | 8:00-9:30 | 8:00-9:30 | 8:00-9:30 | 18:30-20:00 | 18:30-20:00 | 6:00-8:00 | 6:00-8:00 |
| 5 | 日 | 選手強化日 | お休み | お休み | 13:30-15:00 | 12:00-13:30 | 8:00-9:30 | 8:00-9:30 | 8:00-9:30 | 18:30-20:00 | 18:30-20:00 | 6:00-8:00 | 6:00-8:00 |
| 6 | 月 | | 10:30-11:45 | 11:45-13:00 | 13:00-14:30 | 13:00-14:30 | 13:00-14:30 | 14:30-16:00 | 14:30-16:00 | 9:00-10:30 | 9:00-10:30 | お休み | 14:30-16:30 |
| 7 | 火 | | お休み | 16:15-17:15 | 17:15-18:30 | 17:15-18:30 | お休み | お休み | お休み | 17:15-19:00 | 17:15-19:00 | 17:15-19:15 | お休み |
| 8 | 水 | | 15:00-16:00 16:15-17:15 | お休み | お休み | お休み | 17:15-18:45 | 17:15-18:45 | 17:15-18:45 | お休み | お休み | 18:00-20:30 | 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 | お休み | 17:15-19:00 | 17:15-19:00 | 17:15-19:15 | 19:15-21:15 |
| 10 | 金 | | 教室休み | | | | | | | | | | |
| 11 | 土 | | 10:30-11:45 | 11:45-13:00 | 13:00-14:30 | 13:00-14:30 | 13:00-14:30 | 14:30-16:00 | 14:30-16:00 | 9:00-10:30 | 9:00-10:30 | 9:00-10:30 | 18:00-20:00 |
| 12 | 日 | 都ジュニア 長水路 13才以上 (辰巳) 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 | 15:05集合 | 15:40集合 | 16:15集合 | A級 15:40集合 AA級 16:15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 | 17:15-19:00 | 18:45-20:15 | お休み | 18:45-20:45 |
| 14 | 火 | | お休み | 16:15-17:15 | 17:15-18:30 | 17:15-18:30 | お休み | お休み | お休み | 17:15-19:00 | 17:15-19:00 | 17:15-19:15 | お休み |
| 15 | 水 | | 15:00-16:00 16:15-17:15 | お休み | お休み | お休み | 17:15-18:45 | 17:15-18:45 | 17:15-18:45 | お休み | お休み | 18:00-20:30 | 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 | お休み | 17:15-19:00 | 17:15-19:00 | 17:15-19:15 | 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 | 18:45-20:15 | 17:15-19:00 | 18:00-20:30 | 19:15-21:15 |
| 18 | 土 | 都ジュニア 長水路 12才以下 (辰巳) | 教室休み | | | | | | | | | | |
| 19 | 日 | いきいき 茨城 ゆめカップ (茨城) | 全館休館日 | | | | | | | | | | |
| 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 | 17:15-19:00 | 18:45-20:15 | お休み | 18:45-20:45 |
| 21 | 火 | | お休み | 16:15-17:15 | 17:15-18:30 | 17:15-18:30 | お休み | お休み | お休み | 17:15-19:00 | 17:15-19:00 | 17:15-19:15 | お休み |
| 22 | 水 | | 15:00-16:00 16:15-17:15 | お休み | お休み | お休み | 17:15-18:45 | 17:15-18:45 | 17:15-18:45 | お休み | お休み | 18:00-20:30 | 18:45-20:45 |
| 23 | 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 | お休み | 17:15-19:00 | 17:15-19:00 | 17:15-19:15 | 19:15-21:15 |
| 24 | 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 | 18:45-20:15 | 17:15-19:00 | 18:00-20:30 | 19:15-21:15 |
| 25 | 土 | | 10:30-11:45 | 11:45-13:00 | 13:00-14:30 | 13:00-14:30 | 13:00-14:30 | 14:30-16:00 | 14:30-16:00 | 9:00-10:30 | 9:00-10:30 | 9:00-10:30 | 18:00-20:00 |
| 26 | 日 | 高校春季 (辰巳) | 10:30-11:45 | 11:45-13:00 | 13:00-14:30 | 13:00-14:30 | 13:00-14:30 | 14:30-16:00 | 14:30-16:00 | 9:00-10:30 | 9:00-10:30 | 9:00-10:30 | 7:00-8:30 |
| 27 | 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 | 17:15-19:00 | 18:45-20:15 | お休み | 18:45-20:45 |
| 28 | 火 | | お休み | 16:15-17:15 | 17:15-18:30 | 17:15-18:30 | お休み | お休み | お休み | 17:15-19:00 | 17:15-19:00 | 17:15-19:15 | お休み |
| 29 | 水 | | 15:00-16:00 16:15-17:15 | お休み | お休み | お休み | 17:15-18:45 | 17:15-18:45 | 17:15-18:45 | お休み | お休み | 18:00-20:30 | 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 | お休み | 17:15-19:00 | 17:15-19:00 | 17:15-19:15 | 19:15-21:15 |
| 31 | 金 | | 全館休館日 | | | | | | | | | | |

※ 先月よりA3級2班の土日の練習時間を 13時00分～14時30分 に変更させていただいております。

- 靴は靴箱か靴専用ロッカーに入れて下さい。更衣室ロッカー内に直接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。



東京スイミングセンター

2019年5月 選手クラス教室休み練習予定表

| 5月 | | 行事 | A5級 | A4級 | A3級 2班 | A3級 1班 | A2級 | A1級 | A級小学生 | AA級小学生 | AA級・A級 中高生 |
|-----|-----|--------------------------------------|-------------|-----|-------------|--------|-------------|-----|-------------|--------|---------------|
| 10日 | (金) | 教室休み | お休み | | 15:30-16:30 | | 16:30-18:00 | | 18:00-20:00 | | |
| 18日 | (土) | 教室休み 都ジュニア長水路 いきいき茨城 ゆめカップ | 12:00-13:30 | | 13:30-15:00 | | 8:30-10:00 | | | | |
| 19日 | (日) | 全館休館日 都ジュニア長水路 いきいき茨城 ゆめカップ | 12:00-13:30 | | 13:30-15:00 | | 7:30-9:00 | | | | |
| 31日 | (金) | 全館休館日 | お休み | | 15:30-16:30 | | 16:30-18:00 | | 18:00-20:00 | | |

※月末全館休館日はギャラリーへの立ち入りを禁止します。(選手・保護者)

また、館内への出入りは管理室横の入り口のみとさせていただきます。

①上記時間は変更となる場合がございます。

②練習予定表は東京SCホームページにて掲載しています。

③お問い合わせは各クラスの担当コーチまでご連絡下さい。
(フロントでのお問い合わせは、受け付け致しませんのでご了承下さい。)