

2021年9月 東京スイミングセンター選手クラス予定表

日 曜	行事	A6級 (服部先生) (井出先生)	A5級 (加藤先生)	A4級 (立川先生)	A3級 2班 (安藤先生)	A3級 1班 (七呂先生)	A2級 (大崎先生)	A1級 (井出先生)	A級小学生 (服部先生)	AA級小学生 (山本先生)	AA級・A級 中高生 (久我先生)
1 水	全館休館日	館内メンテナンスの為、お休み									
2 木											
3 金		休み	休み	休み	17:15~18:30 (新館プール)	16:15~17:15 (特別練習・ 新館プール)	17:15~18:30	17:15~18:45	18:30~20:15	17:15~19:00	18:45~20:30
4 土		10:30~11:30	10:30~11:30	13:00~14:30	13:00~14:30	13:00~14:30	14:30~16:00 (新館プール)	8:30~10:00	8:30~10:00	8:30~10:00	7:30~9:00 (新館プール)
5 日		10:30~11:30	10:30~11:30	13:00~14:30	13:00~14:30	13:00~14:30	14:30~16:00 (新館プール)	8:30~10:00	8:30~10:00	8:30~10:00	7:30~9:00 (新館プール)
6 月		16:15~17:15 (新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	17:15~18:30	17:15~18:45	17:15~18:45	17:15~18:45	18:30~20:00	18:45~20:30	休み	18:30~20:30
7 火		休み	休み	休み	16:15~17:15 (特別練習・ 新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	17:15~18:30	17:15~18:45	17:15~19:00	18:45~20:30	休み
8 水		休み	休み	17:15~18:30 (新館プール)	17:15~18:30	休み	18:30~20:00	休み	休み	17:15~19:00	19:00~20:30
9 木		16:15~17:15 (新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	休み	休み	17:15~18:30	休み	17:15~18:45	17:15~18:45	18:45~20:30	18:45~20:30
10 金	教室休み	休み	休み	休み	16:30~18:00 (新館プール)	休み	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30	18:30~20:30
11 土	国民体育大会 (三重県)	10:30~11:30	10:30~11:30	13:00~14:30	13:00~14:30	13:00~14:30	14:30~16:00 (新館プール)	8:30~10:00	8:30~10:00	8:30~10:00	7:30~9:00 (新館プール)
12 日		10:30~11:30	10:30~11:30	13:00~14:30	13:00~14:30	13:00~14:30	14:30~16:00 (新館プール)	8:30~10:00	8:30~10:00	8:30~10:00	7:30~9:00 (新館プール)
13 月		16:15~17:15 (新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	17:15~18:30	17:15~18:45	17:15~18:45	17:15~18:45	18:30~20:00	18:45~20:30	休み	18:30~20:30
14 火		休み	休み	休み	16:15~17:15 (特別練習・ 新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	17:15~18:30	17:15~18:45	17:15~19:00	18:45~20:30	休み
15 水		休み	休み	17:15~18:30 (新館プール)	17:15~18:30	休み	18:30~20:00	休み	休み	17:15~19:00	19:00~20:30
16 木		16:15~17:15 (新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	休み	休み	17:15~18:30	休み	17:15~18:45	17:15~18:45	18:45~20:30	18:45~20:30
17 金		休み	休み	休み	17:15~18:30 (新館プール)	16:15~17:15 (特別練習・ 新館プール)	17:15~18:30	17:15~18:45	18:30~20:15	17:15~19:00	18:45~20:30
18 土		10:30~11:30	10:30~11:30	13:00~14:30	13:00~14:30	13:00~14:30	14:30~16:00 (新館プール)	8:30~10:00	8:30~10:00	8:30~10:00	7:30~9:00 (新館プール)
19 日	選手強化日	15:00~16:00 (新館プール)	11:30~13:00	11:30~13:00	10:00~11:30	10:00~11:30	10:00~11:30	8:30~10:00	8:30~10:00	8:30~10:00	7:30~9:00 (新館プール)
20 月	教室休み	休み	14:30~16:00 (新館プール)	11:30~13:00	10:00~11:30	10:00~11:30	11:30~13:00	8:30~10:00	8:30~10:00	休み	7:30~9:00 (新館プール)
21 火		休み	休み	休み	16:15~17:15 (特別練習・ 新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	17:15~18:30	17:15~18:45	17:15~19:00	18:45~20:30	休み
22 水		休み	休み	17:15~18:30 (新館プール)	17:15~18:30	休み	18:30~20:00	休み	休み	17:15~19:00	19:00~20:30
23 木		10:30~11:30	10:30~11:30	休み	休み	13:00~14:30	休み	8:30~10:00	8:30~10:00	8:30~10:00	7:30~9:00 (新館プール)
24 金		休み	休み	休み	17:15~18:30 (新館プール)	16:15~17:15 (特別練習・ 新館プール)	17:15~18:30	17:15~18:45	18:30~20:15	17:15~19:00	18:45~20:30
25 土		10:30~11:30	10:30~11:30	13:00~14:30	13:00~14:30	13:00~14:30	14:30~16:00 (新館プール)	8:30~10:00	8:30~10:00	8:30~10:00	7:30~9:00 (新館プール)
26 日	センター内記録会	センター内記録会 集合時間は後日、館内掲示とHPでお知らせいたします。									
27 月		16:15~17:15 (新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	17:15~18:30	17:15~18:45	17:15~18:45	17:15~18:45	18:30~20:00	18:45~20:30	休み	18:30~20:30
28 火		休み	休み	休み	16:15~17:15 (特別練習・ 新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	17:15~18:30	17:15~18:45	17:15~19:00	18:45~20:30	休み
29 水		休み	休み	17:15~18:30 (新館プール)	17:15~18:30	休み	18:30~20:00	休み	休み	17:15~19:00	19:00~20:30
30 木	全館休館日	休み	16:30~18:00	休み	休み	16:30~18:00	休み	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30	18:45~20:30

- ・予定は変更になる場合がございます。
- ・本館プールサイド、本館ギャラリー及び新館プールサイドでの観覧を禁止させていただきます。
- ・A1級以上の選手は上記の他に特別練習を行います。対象者には担当コーチより別紙予定表を配布いたします。
- ・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ください。
- ・練習前後は速やかに更衣室を退出してください。更衣室での飲食、休養は禁止させていただきます。
- ・館内の撮影を禁止とさせていただきます。
- ・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いたします。
- ・靴は靴箱か靴専用ロッカーに入れてください。更衣室ロッカー内に直接入れないようにしてください。
- ・新館プールでの練習時も本館更衣室を使用してください。
- ・選手強化日、教室休み、全館休館日は通常の練習時間と異なります。
- ・更衣室内での携帯電話の操作は禁止いたします。
- ・更衣室内ではマスクを着用すること。また、会話は控えること。

