

2023年2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 (山本先生) (丸岡先生) | A5級 (立川先生) | A4級 (加藤先生) | A3級 2班 (七呂先生) | A3級 1班 (丸岡先生) | A2級 (安藤先生) | A1級 (大崎先生) | 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 (井出先生) | |
|----|---|-------------------|--|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|------------------------------|---------------------------|
| 1 | 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 | 19:00~20:45 | |
| 2 | 木 | | 16:15~17:15 (新館プール) | 17:15~18:30 (新館プール) | 17:15~18:30 (新館プール) | 休み | 17:15~18:30 | 休み | 17:15~18:45 | 17:15~18:45 | 18:45~20:30 | 18:45~20:45 | |
| 3 | 金 | | 16:15~17:15 (新館プール) | 休み | 休み | 17:15~18:30 (新館プール) | 17:15~18:30 (新館プール) | 17:15~18:30 | 17:15~18:45 | 18:30~20:15 | 17:15~19:00 | 18:45~20:45 | |
| 4 | 土 | ジュニア冬季短水路 (辰巳) | 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 17:30~19:30 | 8:30~10:00 17:30~19:30 | 8:30~10:00 17:30~19:30 | 8:30~10:00 17:30~19:30 | 8:30~10:00 - |
| 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 17:30~19:30 | 8:30~10:00 17:30~19:30 | 8:30~10:00 17:30~19:30 | 8:30~10:00 17:30~19:30 | 8:30~10:00 - |
| 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 | 18:45~20:45 | |
| 7 | 火 | | 休み | 16:15~17:15 (新館プール) | 休み | 17:15~18:30 (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 | 19:00~20:45 | |
| 9 | 木 | | 16:15~17:15 (新館プール) | 17:15~18:30 (新館プール) | 17:15~18:30 (新館プール) | 休み | 17:15~18:30 | 休み | 17:15~18:45 | 17:15~18:45 | 18:45~20:30 | 18:45~20:45 | |
| 10 | 金 | 教室休み | 休み | 休み | 休み | 休み | 休み | 休み | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 | 16:30~18:30 | 18:30~20:30 | |
| 11 | 土 | 東京都冬季 (辰巳) | 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 15:30~17:30 | 8:30~10:00 15:30~17:30 | 8:30~10:00 15:30~17:30 | 8:30~10:00 15:30~17:30 | 8:30~10:00 15:30~17:30 |
| 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 15:30~17:30 | 8:30~10:00 15:30~17:30 | 8:30~10:00 15:30~17:30 | 8:30~10:00 15:30~17:30 | 8:30~10:00 15:30~17:30 |
| 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 | 18:45~20:45 | |
| 14 | 火 | | 休み | 16:15~17:15 (新館プール) | 休み | 17:15~18:30 (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 | 19:00~20:45 | |
| 16 | 木 | | 16:15~17:15 (新館プール) | 17:15~18:30 (新館プール) | 17:15~18:30 (新館プール) | 休み | 17:15~18:30 | 休み | 17:15~18:45 | 17:15~18:45 | 18:45~20:30 | 18:45~20:45 | |
| 17 | 金 | | 16:15~17:15 (新館プール) | 休み | 休み | 17:15~18:30 (新館プール) | 17:15~18:30 (新館プール) | 17:15~18:30 | 17:15~18:45 | 18:30~20:15 | 17:15~19:00 | 18:45~20:45 | |
| 18 | 土 | コナミオープン (辰巳) | 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 15:30~17:30 | 8:30~10:00 15:30~17:30 | 8:30~10:00 15:30~17:30 | 7:30~9:00(新館) 15:30~17:30 | |
| 19 | 日 | | 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。 | | | | | | | 8:30~10:00 | 8:30~10:00 | 8:30~10:00 | 7:30~9:00(新館) |
| 20 | 月 | 教室休み | 休み | 休み | 休み | 休み | 休み | 休み | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 | 休み | 18:00~20:00 | |
| 21 | 火 | | 休み | 16:15~17:15 (新館プール) | 休み | 17:15~18:30 (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 | 19:00~20:45 | |
| 23 | 木 | | 休み | 10:30~11:30 | 10:30~11:30 | 休み | 12:00~13:30 | 休み | 8:30~10:00 17:30~19:30 | 8:30~10:00 17:30~19:30 | 8:30~10:00 17:30~19:30 | 7:30~9:00(新館) 17:30~19:30 | |
| 24 | 金 | | 16:15~17:15 (新館プール) | 休み | 休み | 17:15~18:30 (新館プール) | 17:15~18:30 (新館プール) | 17:15~18:30 | 17:15~18:45 | 18:30~20:15 | 17:15~19:00 | 18:45~20:45 | |
| 25 | 土 | 春季JO予選 (辰巳) | 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 - | 8:30~10:00 - | |
| 26 | 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 - | 8:30~10:00 - | |
| 27 | 月 | 全館休館日 | 休み | | | | | | 18:00~19:30 | 18:00~19:30 | 休み | 18:00~20:00 | |
| 28 | 火 | | 休み | | | | | | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 | 16:30~18:30 | 休み | |

の時間は特別練習です。特別練習対象者はプールサイド掲示板をご確認ください。

- ・ 予定は変更になる場合がございます。
- ・ 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。更衣室での食事、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。
- ・ 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・スマートフォン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。
- ・ 土日の朝の入場時間は練習の15分間からです。必要以上に早く来ないでください。

