

2023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	A6級 (山本先生) (丸岡先生)	A5級 (加藤先生)	A4級 (田崎先生)	A3級 (服部先生)	A2級 (安藤先生)	A1級 (大崎先生)	A級小学生 (丸岡先生)	AA級小学生 (山本先生)	AA級.A級 中高生 (井出先生)
1	月		休み								
2	火		休み					16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30	18:30~20:30
3	水		休み					7:30~9:00	7:30~9:00	7:30~9:00	11:30~14:00
								14:00~16:00	14:00~16:00	14:00~16:00	18:30~20:30
4	木		休み					7:30~9:00	7:30~9:00	7:30~9:00	11:30~14:00
								14:00~16:00	14:00~16:00	14:00~16:00	18:30~20:30
5	金		休み					7:30~9:00	7:30~9:00	7:30~9:00	11:30~14:00
										14:00~16:00	18:30~20:30
6	土	ジュニア長水路 12歳以下 (東京アクアテイクセンター)	14:00~15:00 (新館プール)	15:00~16:00 (新館プール)	13:00~14:30	13:00~14:30	13:00~14:30	17:30~19:30	17:30~19:30	17:30~19:30	7:00~8:30(新館) 15:00~17:30
7	日		10:30~11:30	10:30~11:30	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	7:00~8:30(新館) 15:00~17:30
8	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	18:30~20:00	18:45~20:30	休み	18:45~20:45
9	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	17:15~18:45	17:15~19:00	18:45~20:30	休み
10	水	教室休み	休み					休み	休み	16:30~18:30	18:30~20:30
11	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)	17:15~18:30	休み	17:15~18:45	17:15~18:45	18:45~20:30	18:45~20:45
12	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	17:15~18:45	18:30~20:15	17:15~19:00	18:45~20:45
13	土	ジュニア長水路 13歳以上 (東京アクアテイクセンター)	10:30~11:30	10:30~11:30	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	7:00~8:30(新館) 15:00~17:30
			10:30~11:30	10:30~11:30	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	7:00~8:30(新館) 15:00~17:30
14	日		10:30~11:30	10:30~11:30	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	7:00~8:30(新館) 15:00~17:30
15	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	18:30~20:00	18:45~20:30	休み	18:45~20:45
16	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	17:15~18:45	17:15~19:00	18:45~20:30	休み
17	水		休み	休み	17:15~18:30 (新館プール)	休み	18:30~20:00	休み	休み	17:15~19:00	19:00~20:45
18	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)	17:15~18:30	休み	17:15~18:45	17:15~18:45	18:45~20:30	18:45~20:45
19	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	17:15~18:45	18:30~20:15	17:15~19:00	18:45~20:45
20	土	教室休み	休み					8:30~10:00	8:30~10:00	8:30~10:00	7:00~8:30(新館)
		茨城カップ (笠松)						17:30~19:30	17:30~19:30	17:30~19:30	15:00~17:30
21	日	北部公認(小豆沢)	10:30~11:30	10:30~11:30	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
22	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	18:30~20:00	18:45~20:30	休み	18:45~20:45
23	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	17:15~18:45	17:15~19:00	18:45~20:30	休み
24	水		休み	休み	17:15~18:30 (新館プール)	休み	18:30~20:00	休み	休み	17:15~19:00	19:00~20:45
25	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)	17:15~18:30	休み	17:15~18:45	17:15~18:45	18:45~20:30	18:45~20:45
26	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	17:15~18:45	18:30~20:15	17:15~19:00	18:45~20:45
27	土	高校春季 (東京アクアテイクセンター)	10:30~11:30	10:30~11:30	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	7:00~8:30(新館) 15:00~17:30
		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。					8:30~10:00	8:30~10:00	8:30~10:00	7:00~8:30(新館)
29	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	18:30~20:00	18:45~20:30	休み	18:45~20:45
30	火	全館休館日	休み					16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30	休み
31	水		休み					休み	休み	16:30~18:30	18:30~20:30

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版をご確認ください。

- ・ 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。

