2024年4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		16:15～17:15	17:15～18:30	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
2	火		休み	16:15～17:15	休み	17:15～18:30	17:15～18:30	17:15～18:45	17:15～19:00	18:15～陸 18:45～20:30	休み
3	水		休み	休み	17:15～18:30	休み	18:30～20:00	休み	休み	17:15～19:00	18:30～陸 19:00～20:45
4	木		16:15～17:15	17:15～18:30	17:15～18:30	17:15～18:30	休み	17:15～18:45	17:15～18:45	18:45～20:30	18:45～20:45
5	金		16:15～17:15	休み	休み	17:15～18:30	17:15～18:30	17:15～18:45	18:30～20:15	17:15～19:00	18:15～陸 18:45～20:45
6	土	ジュニア春季 （東京アクアティクスセンター）	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 15:00～17:00	8:30～10:00 15:00～17:00	8:30～10:00 15:00～17:00	8:30～10:00 15:00～17:00
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 15:00～17:00	8:30～10:00 15:00～17:00	8:30～10:00 15:00～17:00	8:30～10:00
8	月		16:15～17:15	17:15～18:30	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	休み	17:15～18:30	17:15～18:30	17:15～18:45	17:15～19:00	18:15～陸 18:45～20:30	休み
10	水	教室休み	休み							16:30～18:30	18:30～20:30
11	木		16:15～17:15	17:15～18:30	17:15～18:30	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	休み	休み	17:15～18:30	17:15～18:30	17:15～18:45	18:30～20:15	17:15～19:00	18:15～陸 18:45～20:45
13	土		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 17:30～19:30	8:30～10:00 17:00～陸 17:30～19:30	8:30～10:00 17:00～陸 17:30～19:30	7:00～8:30(新館) 17:00～陸 17:30～19:30
14	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。					8:30～10:00 センター内記録会	8:30～10:00	8:30～10:00	7:00～8:30(新館)
15	月		16:15～17:15	17:15～18:30	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	休み	17:15～18:30	17:15～18:30	17:15～18:45	17:15～19:00	18:15～陸 18:45～20:30	休み
17	水		休み	休み	17:15～18:30	休み	18:30～20:00	休み	休み	17:15～19:00	18:30～陸 19:00～20:45
18	木		16:15～17:15	17:15～18:30	17:15～18:30	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	休み	休み	17:15～18:30	17:15～18:30	17:15～18:45	18:30～20:15	17:15～19:00	18:15～陸 18:45～20:45
20	土	教室休み	休み					8:30～10:00 15:00～17:00	8:30～10:00 15:00～17:00	8:30～10:00 15:00～17:00	8:30～10:00 15:00～17:00
21	日	都春季 （東京アクアティクスセンター）	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 15:00～17:00	8:30～10:00 15:00～17:00	8:30～10:00 15:00～17:00	8:30～10:00
22	月		16:15～17:15	17:15～18:30	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	休み	17:15～18:30	17:15～18:30	17:15～18:45	17:15～19:00	18:15～陸 18:45～20:30	休み
24	水		休み	休み	17:15～18:30	休み	18:30～20:00	休み	休み	17:15～19:00	18:30～陸 19:00～20:45
25	木		16:15～17:15	17:15～18:30	17:15～18:30	17:15～18:30	休み	17:15～18:45	17:15～18:45	18:15～陸 18:45～20:30	18:45～20:45
26	金		16:15～17:15	休み	休み	17:15～18:30	17:15～18:30	17:15～18:45	18:30～20:15	17:15～19:00	18:15～陸 18:45～20:45
27	土		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 17:30～19:30	8:30～10:00 17:00～陸 17:30～19:30	8:30～10:00 17:00～陸 17:30～19:30	7:00～8:30(新館) 17:00～陸 17:30～19:30
28	日	教室休み	休み	13:00～14:00	13:00～14:00	12:00～13:00	12:00～13:00	8:30～10:00 14:00～16:00	8:30～10:00 14:00～16:00	10:00～12:00 18:30～20:30	10:00～12:00 18:30～20:30
29	月	全館休館日	休み					別紙案内			
30	火										

・ 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。

TSC TOKYO SWIMMING CENTER