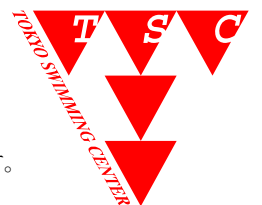


2019年3月 東京スイミングセンター選手クラス予定表

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	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
2	土		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	18:00-20:00
3	日		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	7:00-8:30
4	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
5	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
6	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
7	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
8	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
9	土		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	18:00-20:00
10	日	幼児水泳大会 (江戸川)	お休み										
11	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
12	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
13	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
14	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
15	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
16	土		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	18:00-20:00
17	日	北部 ジュニア スプリント (南長崎)	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			
18	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
19	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
20	水		お休み										
21	木	選手強化日	お休み	お休み	12:00-13:30	10:30-12:00	お休み	お休み	お休み	8:30-10:30	8:30-10:30	8:30-10:30	8:30-10:30
22	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
23	土		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	18:00-20:00
24	日		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	7:00-8:30
25	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
26	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	18:00-20:30	お休み
27	水	春季JO本大会 (原巳)	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
28	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
29	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
30	土		全館休館日										
31	日		全館休館日										

② 3月の『選手クラス教室休み練習』の開催はございません。

- 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