

# 2019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	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	月	日本選手権 (辰巳)	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
2	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
3	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
4	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
5	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
6	土		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	18:00-20:00
7	日		10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	7:00-8:30
8	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
9	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	
10	水	教室休み											
11	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	
12	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	
13	土	10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	16:00-18:00	
14	日	都ジュニア 春季短水路 (辰巳)	下記はセンター内記録会の集合時間です。										
		センター 内記録会	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	15:40集合		
15	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	
16	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	
17	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	
18	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	
19	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	
20	土	教室休み											
21	日	東京都春季 (辰巳)	10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	7:00-8:30
22	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	
23	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	
24	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	
25	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	
26	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	
27	土	10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	18:00-20:00	
28	日	10:30-11:45	11:45-13:00	13:00-14:30	13:00-14:30	13:00-14:30	14:30-16:00	14:30-16:00	9:00-10:30	9:00-10:30	9:00-10:30	7:00-8:30	
29	月	全館休館日											
30	火	全館休館日											

※ 今月からA3級2班の土日の練習時間が14時30分～16時00分から13時00分～14時30分に変更になります。

- 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

## 2019年4月 選手クラス教室休み練習予定表

4月		行事	A5級	A4級	A3級 2班	A3級 1班	A2級	A1級	A級小学生	AA級小学生	AA級・A級 中高生
10日	(水)	教室休み	お休み		15:30-16:30		お休み		16:30-18:00	18:00-20:00	
20日	(土)	教室休み 都春季	10:30-12:00		12:00-13:30		9:00-10:30		7:00-9:00	15:30-17:30	
29日	(月)	全館休館日	11:00-12:30		12:30-14:00	14:15-15:45		9:00-11:00	お休み	7:00-9:00	
30日	(火)	全館休館日	12:00-13:30		お休み		8:00-9:30		6:00-8:00	お休み	

※月末全館休館日はギャラリーへの立ち入りを禁止します。(選手・保護者)

また、館内への出入りは管理室横の入り口のみとさせていただきます。

①上記時間は変更となる場合がございます。

②練習予定表は東京SCホームページにて掲載しています。

③お問い合わせは各クラスの担当コーチまでご連絡下さい。  
(フロントでのお問い合わせは、受け付け致しませんのでご了承下さい。)