

2021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 (大崎先生) (安藤先生)	A6級 (服部先生) (井出先生)	A5級 (加藤先生)	A4級 (立川先生)	A3級 2班 (安藤先生)	A3級 1班 (七呂先生)	A2級 (大崎先生)	A1級 (井出先生)	A級小学生 (服部先生)	AA級小学生 (山本先生)	AA級・A級 中学生 (久我先生)
1	月		休み	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
2	火		16:15~17:15 (新館プール)	休み	休み	休み	16:15~17:15 (特別練習・ 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
3	水		休み	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
4	木	東京都シニア春季	休み	16:15~17:15 (新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	休み	休み	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 (新館プール)	休み	休み	休み	17:15~18:30 (新館プール)	16:15~17:15 (特別練習・ 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
6	土	ジュニアスプリント	10:30~11:30	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	7:30~9:00 (新館プール)
7	日		10:30~11:30	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	7:30~9:00 (新館プール)
8	月		休み	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
9	火		16:15~17:15 (新館プール)	休み	休み	休み	16:15~17:15 (特別練習・ 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
10	水	教室休み	休み	休み	休み	16:30~18:00 (新館プール)	16:30~18:00	休み	16:30~18:00	休み	休み	16:30~18:30	18:30~20:30
11	木		休み	16:15~17:15 (新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	休み	休み	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	休み	17:15~18:30 (新館プール)	16:15~17:15 (特別練習・ 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		10:30~11:30	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	7:30~9:00 (新館プール)
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。										
15	月		休み	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
16	火		16:15~17:15 (新館プール)	休み	休み	休み	16:15~17:15 (特別練習・ 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
17	水		休み	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
18	木		休み	16:15~17:15 (新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	休み	休み	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	休み	17:15~18:30 (新館プール)	16:15~17:15 (特別練習・ 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										
21	日		10:30~11:30	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	7:30~9:00 (新館プール)
22	月		休み	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
23	火		16:15~17:15 (新館プール)	休み	休み	休み	16:15~17:15 (特別練習・ 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
24	水		休み	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
25	木		休み	16:15~17:15 (新館プール)	17:15~18:30 (新館プール)	休み	休み	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	休み	17:15~18:30 (新館プール)	16:15~17:15 (特別練習・ 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	春季JOC(通信大会)	10:30~11:30	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	7:30~9:00 (新館プール)
28	日		10:30~11:30	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	7:30~9:00 (新館プール)
29	月	中学生 スプリント	休み	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
30	火	全館 休館日	館内メンテナンスの為、休み										
31	水			館内メンテナンスの為、休み									

- ・ 予定は変更になる場合がございます。
- ・ A3級1班・A3級2班の特別練習は施設都合により、開催できないこともあります。
- ・ 本館プールサイド、本館ギャラリー及び新館プールサイドでの観覧を禁止させていただきます。
- ・ A1級以上の選手は上記の他に特別練習を行います。対象者には担当コーチより別紙予定表を配布いたします。
- ・ 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。更衣室での飲食、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。
- ・ 選手強化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。



東京スイミングセンター