

2019年度 選手CJ

第 1 期 予定表

| 4月 | | 時間 | バス | 備考 | 5月 | | 時間 | バス | 備考 |
|-----|---|-------------|----|----------|-----|---|-------------|----|---------------|
| 1日 | 月 | OFF | × | | 1日 | 水 | 休館日 | × | |
| 2日 | 火 | OFF | × | | 2日 | 木 | OFF | × | 通い練習 会(予定) |
| 3日 | 水 | 休館日 | × | | 3日 | 金 | OFF | × | |
| 4日 | 木 | OFF | ○ | | 4日 | 土 | OFF | × | |
| 5日 | 金 | 17:50~19:30 | ○ | 2019年度開始 | 5日 | 日 | OFF | × | |
| 6日 | 土 | 8:00~10:00 | × | | 6日 | 月 | OFF | ○ | |
| 7日 | 日 | OFF | × | | 7日 | 火 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 8日 | 月 | 17:50~19:30 | ○ | | 8日 | 水 | 休館日 | × | |
| 9日 | 火 | 17:50~19:30 | ○ | | 9日 | 木 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 10日 | 水 | 休館日 | × | | 10日 | 金 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 11日 | 木 | 17:50~19:30 | ○ | | 11日 | 土 | 8:00~10:00 | × | |
| 12日 | 金 | 17:50~19:30 | ○ | | 12日 | 日 | OFF | × | |
| 13日 | 土 | 8:00~10:00 | × | | 13日 | 月 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 14日 | 日 | OFF | × | | 14日 | 火 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 15日 | 月 | 17:50~19:30 | ○ | | 15日 | 水 | 休館日 | × | |
| 16日 | 火 | 17:50~19:30 | ○ | | 16日 | 木 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 17日 | 水 | 休館日 | × | | 17日 | 金 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 18日 | 木 | 17:50~19:30 | ○ | | 18日 | 土 | 8:00~10:00 | × | |
| 19日 | 金 | 17:50~19:30 | ○ | | 19日 | 日 | OFF | × | |
| 20日 | 土 | 8:00~10:00 | × | | 20日 | 月 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 21日 | 日 | OFF | × | | 21日 | 火 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 22日 | 月 | 17:50~19:30 | ○ | | 22日 | 水 | 休館日 | × | |
| 23日 | 火 | 17:50~19:30 | ○ | | 23日 | 木 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 24日 | 水 | 休館日 | × | | 24日 | 金 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 25日 | 木 | 17:50~19:30 | ○ | | 25日 | 土 | 8:00~10:00 | × | |
| 26日 | 金 | 17:50~19:30 | ○ | | 26日 | 日 | OFF | × | |
| 27日 | 土 | 8:00~10:00 | × | | 27日 | 月 | 17:50~19:30 | ○ | |
| 28日 | 日 | OFF | × | | 28日 | 火 | OFF | × | |
| 29日 | 月 | 8:00~10:00 | × | | 29日 | 水 | 休館日 | × | |
| 30日 | 火 | 17:50~19:30 | ○ | | 30日 | 木 | 17:50~19:30 | ○ | |
| | | | | | 31日 | 金 | OFF | × | |

○グループ目標

- ① 水泳を楽しんで練習しよう！
- ② いろいろな大会・合同記録会に参加しよう！
- ③ グループ昇格(C・J)を目指して練習をがんばろう！
- ④ 『県学童水泳記録会』の標準記録を突破しよう！

●コーチより

- ① あいさつ・返事をきちんと行い、家の人や回りの方々の感謝の気持ちをもって練習に取り組ましましょう！！何事も一生懸命に！！
- ② 選手コースとしての自覚を持ち、休まずはげみましょう！！
- ③ 新しい学年の始まりです。気持ち新たに、全員県大会出場を目標にがんばりましょう！！
- ④ 土曜日の練習時間が変わります(08:00~10:00)全員で陸トレしてから水中練習です。
- ⑤ 火曜日はB班との合同練習になります。

●おしらせ

平成31年度の選手登録手続きが必要となります。その際は、別紙にてご案内いたしますので、ご確認下さい。