

2023年 6月 予定表

Aグループ

5月28日(日)	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)	6月1日(木)	6月2日(金)	6月3日(土)
地区高校	17:50-21:00	17:50-20:00	Rest	17:50-20:00	18:15-20:30	8:00-10:30
開放なし				合同記録会		15:10-17:20
6月4日(日)	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)	6月8日(木)	6月9日(金)	6月10日(土)
短水路記録会	17:50-21:00	18:15-20:30	Rest	17:50-21:00	18:15-20:30	8:00-10:30
開放あり						15:10-17:20
6月11日(日)	6月12日(月)	6月13日(火)	6月14日(水)	6月15日(木)	6月16日(金)	6月17日(土)
Rest	17:50-21:00	18:15-20:30	Rest	17:50-21:00	18:15-20:30	8:00-10:30
開放あり						15:10-17:20
6月18日(日)	6月19日(月)	6月20日(火)	6月21日(水)	6月22日(木)	6月23日(金)	6月24日(土)
地区中学	17:50-21:00	18:15-20:30	Rest	17:50-21:00	18:15-20:30	8:00-10:30
開放なし					県高校	15:10-17:20
						県高校
6月25日(日)	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)	7月1日(土)
県高校	17:50-21:00	18:15-20:30	Rest	17:50-21:00	18:15-20:30	8:00-10:30
Rest						15:10-17:20
開放あり						

- ジャージ等の注文を在庫不足の為、一時ストップします。

ご了承ください。再開した場合はお知らせします。

- 練習時間しっかり確認してください。

- 練習予定時間は後日変更がある場合があります。

<選手へ>

今気を付けるべきはケガをしないです。気を付けてもケガをしてしまう時はありますが、気を付ける事に越したことはありません。ケガをしたとしてもその直後の行動も大切です。また、日々の体調を良くするための行動も考え実行しましょう。日々の体調管理が大会直前の体調管理に役に立ちます。練習でいい体で泳げるように体調管理し、いい練習にする＝大会でしっかりと実力を発揮できるにつながります。

大会・記録会予定

7月2日(日) JO予選in寒河江

7月9日(日) 夏季A・AA級in長井

7月21日(金)～23日(日) 東北高校in秋田

7月22日(土)～23日(日) 県中学in酒田

<保護者の方へお知らせ>

選手コース保護者会は解散となりました。そこで、これまでの余剰金を選手コースへ寄付していただく事となりました。選手コースで必要な用具、消耗品等への購入資金に充てさせていただきます。

<その他>

- ・具合が悪い場合は休む事。その際、医療機関に行く事。休むなどの連絡は自分ですること。
- ・2階の観覧席からの観覧はできません。プラザがワクチン接種会場になっている為、市から観覧席は現状では解放できないと通達がありました。屋外南側からの観覧をお願いします。
- ・勉強は日々の積み重ね。テスト期間であっても練習参加できるよう努力をしましょう。

A 逞真・夏季・雪花・樺音・宝・さくら・大雅・綾大

計8名

金田コーチ 携帯 : 090-7323-4966

長井SCメールアドレス : y_nagai_sc@yahoo.co.jp

伊藤コーチ 携帯 : 090-9530-7083