

# 2026年3月

# 競泳チーム練習予定表

	選手A	選手B	育成	備考
3/1 日	全国JOCジュニアオリンピックカップ春季水泳競技大会 神奈川県最終予選会@横浜国際			参加しない選手はお休みです。
3/2 月	18:50~20:50	18:50~20:50	OFF	
3/3 火	18:50~20:50	18:50~20:50	18:50~19:50	
3/4 水	OFF	OFF	OFF	
3/5 木	OFF	OFF	18:50~19:50	
3/6 金	18:50~20:50	18:50~20:50	OFF	
3/7 土	17:45~19:45	15:45~17:45	15:45~16:45 16:45~17:00 陸トレ	
3/8 日	6:30~8:30	6:30~8:30	OFF	
3/9 月	18:50~20:50	18:50~20:50	OFF	
3/10 火	18:50~20:50	18:50~20:50	18:50~19:50	
3/11 水	OFF	OFF	OFF	
3/12 木	OFF	OFF	18:50~19:50	
3/13 金	18:50~20:50	18:50~20:50	OFF	
3/14 土	17:45~19:45	15:45~17:45	15:45~16:45 16:45~17:00 陸トレ	
3/15 日	6:30~8:30	6:30~8:30	OFF	選手保護者会@13:30~14:15
3/16 月	18:50~20:50	18:50~20:50	OFF	
3/17 火	18:50~20:50	18:50~20:50	18:50~19:50	
3/18 水	OFF	OFF	OFF	
3/19 木	OFF	OFF	18:50~19:50	
3/20 金	18:50~20:50	18:50~20:50	OFF	
3/21 土	17:45~19:45	15:45~17:45	15:45~16:45 16:45~17:00 陸トレ	
3/22 日	6:30~8:30	6:30~8:30	OFF	6:30~8:30
3/23 月	18:50~20:50	18:50~20:50	OFF	クラブ内記録会
3/24 火	18:50~20:50	18:50~20:50	18:50~19:50	
3/25 水	OFF	OFF	OFF	
3/26 木	OFF	OFF	18:50~19:50	第48回全国JOCジュニアオリンピックカップ春季水泳競技大会
3/27 金	18:50~20:50	18:50~20:50	OFF	@東京アクアティクスセンター
3/28 土	17:00~19:00	17:00~19:00	15:45~16:45	参加しない選手は練習です。
3/29 日	6:30~8:30/OFF	6:30~8:30/OFF	OFF	26日 通常練習
3/30 月	18:50~20:50	18:50~20:50	OFF	27日 合同練習
3/31 火	18:50~20:50	18:50~20:50	18:50~19:50	28日 時間変更&合同練習
				29日 出場選手がいた場合、お休みになります。
				30日 通常練習

※予定は変更する場合がございます。※予定表の塗りつぶしは、練習がありませんので予めご了承ください。

- ・チェックイン、チェックアウトは必ず行いましょう。(保護者様の登録アドレスにメールが届きます。)
- ・朝練時、祝日営業時は保護者の観覧はできかねます。
- ・欠席は、れんらくアプリから登録ください。
- ・原則、遅刻は禁止です。正当な理由があれば、事前に担当コーチへ伝えてください。
- ・体調管理、怪我の防止、自己管理をできるようにしましょう。
- ・コロナウイルス感染拡大防止、円滑な大会運営のために日頃から節度ある行動を心がけてください。

「すべての夢は、勇気を持って追い求めることで実現できる。」

ウォルト・ディズニー

- 3月1日(日) 全国JOCジュニアオリンピックカップ春季水泳競技大会 神奈川県最終予選会@横浜国際 参加対象: 標準記録を突破した選手
- 3月22日(日) クラブ内記録会 参加対象: 選手A、選手B、育成 本大会のタイムは公式タイムとして換算します。  
持ち物: 持ち物: 通常練習時の持ち物、レース水着、シリコン、補食(消化に良いもの)
- 3月26日(木) ~30日(月) 第48回全国JOCジュニアオリンピックカップ春季水泳競技大会@東京アクアティクスセンター 参加対象: 標準記録を突破した選手

※上記大会は予定ですので変更になる場合がございます。予めご了承ください。

※大会は決まり次第予定表の修正を行います。