

2026年7月選手コース練習予定表

		Sクラス		E1クラス		E2クラス		E3クラス		合宿・競技会・イベント
		AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
27	土	競技会出場		競技会出場			17:25-19:00	7:00-8:20		東京都選手権(TAC)
28	日	競技会出場		競技会出場		OFF		OFF		東京都選手権(TAC)
29	月	OFF			18:00-20:00		17:00-18:30		17:00-18:30	休館日
30	火		19:00-20:30		19:00-20:30		19:00-20:30	OFF		休館日
7/1	水		18:50-20:50	OFF			18:50-20:00		17:40-18:50	
2	木		18:50-20:00		18:50-20:00	OFF			17:40-18:50	
3	金		20:00-21:20		18:50-20:50		18:50-20:00		17:40-19:00	
4	土		17:25-19:00	6:20-8:20		競技会出場		7:00-8:20		Tokyo SC Swim Meet(東京SC)
5	日	6:20-8:20	18:00-20:00	6:20-8:20		競技会出場		OFF		Tokyo SC Swim Meet(東京SC)
6	月	OFF			18:50-20:50		18:50-20:15		17:40-18:50	
7	火		18:50-20:15		18:50-20:10		18:50-20:00	OFF		
8	水		18:50-20:50	OFF			18:50-20:00		17:40-18:50	
9	木		18:50-20:00		18:50-20:00	OFF			17:40-18:50	
10	金		20:00-21:20		18:50-20:10		18:50-20:00		17:40-19:00	
11	土		17:25-19:00	6:20-8:20			17:25-19:00	7:00-8:20		都中学(TAC)
12	日	6:20-8:20	18:00-20:00	6:20-8:20		OFF		OFF		都中学(TAC)
13	月	OFF			18:50-20:50		18:50-20:15		17:40-18:50	
14	火		18:50-20:15		18:50-20:10		18:50-20:00	OFF		
15	水		18:50-20:50	OFF			18:50-20:00		17:40-18:50	
16	木		18:50-20:00		18:50-20:00	OFF			17:40-18:50	
17	金		20:00-21:20		18:50-20:50		18:50-20:00		17:40-19:00	
18	土		17:25-19:00	6:20-8:20			17:25-19:00	7:00-8:20		関東高校(横浜)
19	日	6:20-8:20	18:00-20:00	6:20-8:20		OFF		OFF		関東高校(横浜)
20	月	OFF			18:50-20:50		18:50-20:15		17:40-18:50	関東高校(横浜)
21	火		18:50-20:15		18:50-20:10		18:50-20:00	OFF		
22	水		18:50-20:50	OFF			18:50-20:00		17:40-18:50	県中学(青木町)
23	木		18:50-20:00		18:50-20:00	OFF			17:40-18:50	県中学(青木町)
24	金		20:00-21:20		18:50-20:10		18:50-20:00		17:40-19:00	県中学(青木町)
25	土	競技会出場		競技会出場		未定		未定		JO予選(TAC)
26	日	競技会出場		競技会出場		競技会出場		OFF		JO予選(TAC)
27	月	OFF		OFF			18:50-20:15		17:40-18:50	
28	火	合宿		合宿			18:50-20:00	OFF		中高生合宿
29	水	合宿		合宿		OFF		OFF		休館日 中高生合宿
30	木	合宿		合宿			15:00-17:00		15:00-17:00	休館日 中高生合宿 15:00-17:00(東村山)
31	金	合宿		合宿			15:00-17:00		15:00-17:00	休館日 中高生合宿 15:00-17:01(東村山)

※変更の可能性有りますのでご注意ください

練習時間等必ずご確認ください。ご不明な点は担当コーチまでお問い合わせください。