

2022年度スクール練習表

1年間大切に保管して下さるようお願いいたします。

ご不明な点がございましたら、お電話かフロントまでおたずねください。

《2022年4月～2023年3月迄》

<p>4月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr> <tr><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td></tr> <tr><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr> <tr><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td></tr> </tbody> </table> <p>30日(土)は、5月分の練習日です。 水泳・体操チェック月間</p>	日	月	火	水	木	金	土						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	<p>5月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr> <tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr> <tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr> <tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr> <tr><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>14日(土)・15日(日) 東北ジュニア選手権水泳大会 30日(月)・31日(火)は、6月分の練習日です。</p>	日	月	火	水	木	金	土	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					<p>6月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>5日(日) レクリエーション 27日(月)～30日(木)は、7月分の練習日です。 水泳チェック月間</p>	日	月	火	水	木	金	土						1	2						3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30																
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
					1	2																																																																																																																																															
3	4	5	6	7	8	9																																																																																																																																															
10	11	12	13	14	15	16																																																																																																																																															
17	18	19	20	21	22	23																																																																																																																																															
24	25	26	27	28	29	30																																																																																																																																															
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
1	2	3	4	5	6	7																																																																																																																																															
8	9	10	11	12	13	14																																																																																																																																															
15	16	17	18	19	20	21																																																																																																																																															
22	23	24	25	26	27	28																																																																																																																																															
29	30	31																																																																																																																																																			
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
					1	2																																																																																																																																															
					3	4																																																																																																																																															
5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																															
12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																															
19	20	21	22	23	24	25																																																																																																																																															
26	27	28	29	30																																																																																																																																																	
<p>7月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr> <tr><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td></tr> <tr><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr> <tr><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td></tr> <tr><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>18日(月) 水泳記録会 24日(日)～27日(水) 短期教室No.1 29日(金)～8月1日(月) 短期教室No.2 体操チェック月間</p>	日	月	火	水	木	金	土						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							<p>8月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr> <tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr> <tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr> <tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr> <tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>7月29日(金)～1日(月) 短期教室No.2 3日(水)～6日(土) 短期教室No.3 8月の練習回数は3回です。 水泳チェック月間</p>	日	月	火	水	木	金	土		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				<p>9月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>3</td><td></td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr> <tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr> <tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr> <tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>1日(木)～3日(土)は、8月分の練習日です。 4日(日)レクリエーション</p>	日	月	火	水	木	金	土						1	2						3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30								
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
					1	2																																																																																																																																															
3	4	5	6	7	8	9																																																																																																																																															
10	11	12	13	14	15	16																																																																																																																																															
17	18	19	20	21	22	23																																																																																																																																															
24	25	26	27	28	29	30																																																																																																																																															
31																																																																																																																																																					
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
	1	2	3	4	5	6																																																																																																																																															
7	8	9	10	11	12	13																																																																																																																																															
14	15	16	17	18	19	20																																																																																																																																															
21	22	23	24	25	26	27																																																																																																																																															
28	29	30	31																																																																																																																																																		
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
					1	2																																																																																																																																															
					3																																																																																																																																																
4	5	6	7	8	9	10																																																																																																																																															
11	12	13	14	15	16	17																																																																																																																																															
18	19	20	21	22	23	24																																																																																																																																															
25	26	27	28	29	30																																																																																																																																																
<p>10月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>1日(土)は、9月分の練習日です。 9日(日) 健康まつり 31日(月)は、10月分の練習日です。 水泳チェック月間</p>	日	月	火	水	木	金	土							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						<p>11月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>23日(水) 水泳記録会 28日(月)～30日(水)は、12月分の練習日です。</p>	日	月	火	水	木	金	土						1	2						3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			<p>12月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>3</td><td></td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr> <tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr> <tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr> <tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr> </tbody> </table> <p>26日(月)～29日(木) 短期教室No.1 水泳・体操チェック月間</p>	日	月	火	水	木	金	土						1	2						3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
						1																																																																																																																																															
2	3	4	5	6	7	8																																																																																																																																															
9	10	11	12	13	14	15																																																																																																																																															
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																															
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																															
30	31																																																																																																																																																				
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
					1	2																																																																																																																																															
					3	4																																																																																																																																															
5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																															
12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																															
19	20	21	22	23	24	25																																																																																																																																															
26	27	28	29	30																																																																																																																																																	
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
					1	2																																																																																																																																															
					3																																																																																																																																																
4	5	6	7	8	9	10																																																																																																																																															
11	12	13	14	15	16	17																																																																																																																																															
18	19	20	21	22	23	24																																																																																																																																															
25	26	27	28	29	30	31																																																																																																																																															
<p>1月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr> <tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr> <tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr> <tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr> <tr><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>6日(金)～9日(月) 短期教室No.2 1月の練習回数は3回です。</p>	日	月	火	水	木	金	土	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					<p>2月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>23日(木) 水泳記録会 水泳チェック月間</p>	日	月	火	水	木	金	土						1	2						3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28					<p>3月</p> <table border="1"> <thead> <tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr> <tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr> <tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr> <tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>23日(木)～26日(日) 短期教室No.1 27日(月)～30日(木) 短期教室No.2 3月の練習回数は3回です。</p>	日	月	火	水	木	金	土						1	2						3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31								
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
1	2	3	4	5	6	7																																																																																																																																															
8	9	10	11	12	13	14																																																																																																																																															
15	16	17	18	19	20	21																																																																																																																																															
22	23	24	25	26	27	28																																																																																																																																															
29	30	31																																																																																																																																																			
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
					1	2																																																																																																																																															
					3	4																																																																																																																																															
5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																															
12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																															
19	20	21	22	23	24	25																																																																																																																																															
26	27	28																																																																																																																																																			
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																															
					1	2																																																																																																																																															
					3	4																																																																																																																																															
5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																															
12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																															
19	20	21	22	23	24	25																																																																																																																																															
26	27	28	29	30	31																																																																																																																																																

※年間各曜日とも45回練習です。わくで囲んだ中の日が練習日です。

※●は祝日、■は企画実施日です。

※土曜日以外の練習日が祝・休日にあたる場合は、17時30分～のスクールは9時30分～、16時10分～のスクールは10時50分～、15時～のスクールは13時～の練習になります。10時40分～、14時00分～、18時40分～の成人コースは9時20分～となります。競泳、競技は、担当コーチより連絡いたします。

※振替練習を希望の場合は、上記カレンダーで練習日を確認の上、ご連絡ください。

※日曜日は休館日ですが、日曜日以外として4月29日、5月14日、7月28日、8月2日、8日～13日、12月30日～1月5日、10日、3月22日、31日を予定しております。

※上記日程に変更がある場合は前もってお知らせいたします。

※企画等に関することは当該月の秋田アスレティッククラブホームページをご覧ください。