

## 2018年11月 ダッシュ新津 選手コース予定表 E2クラス

日付	陸上	スイム	備考
11/1 (木)	整備休館		
11/2 (金)	整備休館		
11/3 (土)	整備休館		
11/4 (日)	整備休館		B C 級大会
11/5 (月)	休み		
11/6 (火)	17:00~17:30	17:30~19:00	トライアル
11/7 (水)	17:00~17:30	17:30~19:00	
11/8 (木)	18:00~18:30	18:45~20:00	
11/9 (金)	18:00~18:30	18:45~20:00	
11/10 (土)	18:45~19:30	17:15~18:30	
11/11 (日)	8:00~8:30	8:30~10:00	D P 練習会
11/12 (月)	休み		
11/13 (火)	18:00~18:30	18:45~20:00	
11/14 (水)	18:00~18:30	18:45~20:00	
11/15 (木)	18:00~18:30	18:45~20:00	
11/16 (金)	18:00~18:30	18:45~20:00	
11/17 (土)	-	17:15~18:30	
11/18 (日)	8:00~8:30	8:30~10:00	
11/19 (月)	休み		
11/20 (火)	18:00~18:30	18:45~20:00	コーチ不在
11/21 (水)	18:00~18:30	18:45~20:00	
11/22 (木)	18:00~18:30	18:45~20:00	
11/23 (金)	休み		新水協親善
11/24 (土)	休み		
11/25 (日)	8:00~8:30	8:30~10:00	
11/26 (月)	休み		
11/27 (火)	18:00~18:30	18:45~20:00	
11/28 (水)	18:00~18:30	18:45~20:00	
11/29 (木)	17:00~17:30	17:30~19:00	月末休館
11/30 (金)	17:00~17:30	17:30~19:00	↓

年間カレンダーに基づき日程を調節しています。変更があった場合は後日連絡します。

- ♪整備休館期間は各自練習が必要な選手は練習をしてください。トライアルは200IMです。
- ♪20日(火)はコーチ会議の為、メニュー練習になります。ケガのないように練習を行うこと。
- ♪一般スクールの休館日があるため、時間変更が多数あります。間違えないようにしてください。
- ♪風邪や体調不良が多くなる季節になりました。体調管理をしっかり行ってください。