

S(スマイル)チーム 8月予定表

| 日付 | 大会/練習会 | 練習時間 | 備考 |
|-------|---------------|---------------------------------|----------------------------|
| 1日 木 | | 18:30~19:45 ケア20:00まで | |
| 2日 金 | | 18:30~19:45 ケア20:00まで | |
| 3日 土 | | 体操 6:15 水中 6:30~7:50 | 短期教室の為時間変更 |
| 4日 日 | B S N大会 | 体操 7:45 水中 8:00~9:30 | 中学生合同/時間変更 |
| 5日 月 | | OFF | |
| 6日 火 | | 18:30~19:45 ケア20:00まで | |
| 7日 水 | | 18:30~19:45 ケア20:00まで | |
| 8日 木 | J0塩沢合宿 | 18:30~19:45 ケア20:00まで | J0合宿の為コーチ不在 |
| 9日 金 | J0塩沢合宿 | 18:30~19:45 ケア20:00まで | J0合宿の為コーチ不在 選抜者のみ |
| 10日 土 | J0塩沢合宿 | 体操 6:15 水中 6:30~7:50 | J0合宿の為コーチ不在/ 短期教室の為時間変更 |
| 11日 日 | ダッシュ4校合宿 | 体操 8:00 水中 8:15~9:30 / 午後小学生合宿 | S班以上合同 |
| 12日 月 | ダッシュ4校合宿 | 小学生合宿 | |
| 13日 火 | ダッシュ4校合宿 | 小学生合宿 | |
| 14日 水 | | OFF | |
| 15日 木 | | OFF | |
| 16日 金 | | 体操 7:45 水中 8:15~9:45 | 選抜者のみ |
| 17日 土 | | 体操 7:45 水中 8:15~9:45 | |
| 18日 日 | | 体操 7:00 水中 7:15~9:00 | 中学生合同 |
| 19日 月 | J0参加参加者練習会 | 集合17:00 水中17:15~18:15 解散18:30 | J0出場者のみ500円 |
| 20日 火 | | 18:30~19:45 ケア20:00まで | |
| 21日 水 | J0前日練習 | 18:30~19:45 ケア20:00まで | 大会引率の為コーチ不在 |
| 22日 木 | J0/50Ba フリーラー | 18:30~19:45 ケア20:00まで | 大会引率の為コーチ不在 |
| 23日 金 | J0/50Fr ストレラー | 18:30~19:45 ケア20:00まで | 大会引率の為コーチ不在 選抜者のみ |
| 24日 土 | | 体操 6:15 水中 6:30~7:50 | 短期教室の為時間変更 |
| 25日 日 | | 体操 7:00 水中 7:15~9:00 | 中学生合同 |
| 26日 月 | | | |
| 27日 火 | | 18:30~19:45 ケア20:00まで | |
| 28日 水 | | 18:30~19:45 ケア20:00まで | |
| 29日 木 | 時間変更 | 体操17:30 水中18:00~19:30 ケア19:45まで | |
| 30日 金 | 時間変更 | 体操17:30 水中18:00~19:30 ケア19:45まで | 選抜者以外500円 |
| 31日 土 | | 体操 7:45 水中8:15~9:45 | |

- ・ジュニアオリンピックまでチーム一丸となって戦っていきましょう。
- ・メイン練習の際の集中力、強度が上がっています。続けていきましょう。
- ・短期教室がある為土曜の練習時間が変更になっています。間違えないように。
- ・4日・11日・29日・30日の練習時間が変更になっています。
- ・A(当たり前のことを)、B(バカみたいに)、C(ちゃんとやる)を徹底しましょう。
- 5分前行動の徹底 ●目的、目標を持った練習 ●全員への挨拶 できて当たり前のことです。