

# 選手H班 2025年2月予定表

日付	大会/記録会	H班選抜	H班	備考
1日	土	体操18:10 水中18:30-19:40	体操18:10 水中18:30-19:40	
2日	日	体操 7:45 水中8:00-9:30	体操 7:45 水中8:00-9:30	
3日	月	休み	休み	
4日	火	体操各自 水中18:30-19:30	休み	
5日	水	体操各自 水中18:30-19:30	体操各自 水中18:30-19:30	
6日	木	体操各自 水中18:30-19:30	休み	
7日	金	休み	体操各自 水中18:30-19:30	
8日	土	体操18:10 水中18:30-19:40	体操18:10 水中18:30-19:40	
9日	日	長岡室内選手権	大会のためお休み	大会のためお休み
10日	月	休み	休み	
11日	火	体操各自 水中18:30-19:30	休み	
12日	水	体操各自 水中18:30-19:30	体操各自 水中18:30-19:30	
13日	木	体操各自 水中18:30-19:30	休み	
14日	金	休み	体操各自 水中18:30-19:30	
15日	土	体操18:10 水中18:30-19:40	体操18:10 水中18:30-19:40	
16日	日	SCチャンピオンシップ	体操 7:45 水中8:00-9:30	体操 7:45 水中8:00-9:30
17日	月	休み	休み	
18日	火	体操各自 水中18:30-19:30	休み	
19日	水	体操各自 水中18:30-19:30	体操各自 水中18:30-19:30	
20日	木	体操各自 水中18:30-19:30	休み	
21日	金	休み	体操各自 水中18:30-19:30	
22日	土	体操18:10 水中18:30-19:40	体操18:10 水中18:30-19:40	
23日	日	体操 7:45 水中8:00-9:30	体操 7:45 水中8:00-9:30	
24日	月	休み	休み	
25日	火	体操各自 水中18:30-19:30	休み	
26日	水	体操各自 水中18:30-19:30	体操各自 水中18:30-19:30	
27日	木	体操各自 水中18:30-19:30	休み	
28日	金	休み	体操各自 水中18:30-19:30	

2月の大会でしっかり成長を出せるよう頑張っていこう。  
 泳力と人間力の向上を目指しています。  
 泳ぎの成長は記録などで分かりやすい。  
 人間力の成長は？あいさつできるようになった？返事しっかりしてる？言葉の使い方は大丈夫？  
 選手として変化の出せる月にしていこう。