

# S(スマイル)チーム 5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	選抜者のみ
3日 土		体操 7:45 水中 8:15~9:45	
4日 日		体操 7:00 水中 7:15~9:00 / 午後ミニ合宿	中学生合同/合宿の予定は後日
5日 月		ミニ合宿 ~ 解散 (16:00予定)	
6日 火		体操 7:30 水中 7:45~9:45 / 18:30~19:45 ケア20:00まで	午前500円
7日 水		18:30~19:45 ケア20:00まで	
8日 木		18:30~19:45 ケア20:00まで	
9日 金		18:30~19:45 ケア20:00まで	選抜者のみ
10日 土		体操 7:45 水中 8:15~9:45	
11日 日	200mIM測定会	体操 7:00 水中 7:15~9:00 / 体操 17:15 水中 17:30~19:30	DAS班合同/午後500円
12日 月		OFF	
13日 火		18:30~19:45 ケア20:00まで	
14日 水		18:30~19:45 ケア20:00まで	
15日 木		18:30~19:45 ケア20:00まで	
16日 金		18:30~19:45 ケア20:00まで	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 / 体操 17:15 水中 17:30~19:30	中学生合同/午後500円
19日 月		OFF	
20日 火		18:30~19:45 ケア20:00まで	
21日 水		18:30~19:45 ケア20:00まで	
22日 木		18:30~19:45 ケア20:00まで	
23日 金		18:30~19:45 ケア20:00まで	選抜者のみ
24日 土		体操 7:45 水中 8:15~9:45	
25日 日	県指定練習会	体操 7:00 水中 7:15~9:00	中学生合同/コーチ不在
26日 月		OFF	
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		18:00~19:30 ケア19:45まで	時間変更
30日 金		18:00~19:30 ケア19:45まで	時間変更
31日 土	県選手権 (中学生以上)	体操 7:45 水中 8:15~9:45	

- ・夏の準備の為に5月の練習期間です。練習をしっかりと積んでいきます。
- ・6日、11日、18日は2部練習です。時間を確認して間違えないよう、参加してください。
- ・11日の午前に200mIMの測定会を行います。気合の入る水着で挑みましょう。
- ・時間を大切に使いましょう。5分前行動、団体行動、チームで動いていきましょう。
- ・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。