

2025 年度 9 月 JSS大州スイミングスクール 強化クラス予定表

| 日  | 曜日 | 行事・備考                      | 育成(竹中)        | 準選手(滝口)       | 選手(可藤)        |
|----|----|----------------------------|---------------|---------------|---------------|
|    |    |                            | 練習時間          | 練習時間          | 練習時間          |
| 1  | 月  |                            | 18:00 ~ 19:30 | 18:00 ~ 20:00 | 19:30 ~ 21:15 |
| 2  | 火  | 休館日                        |               |               |               |
| 3  | 水  |                            | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 20:00 | 19:00 ~ 21:15 |
| 4  | 木  |                            | 18:00 ~ 19:30 | 18:00 ~ 20:00 | 19:30 ~ 21:15 |
| 5  | 金  |                            | 18:00 ~ 19:00 | 19:00 ~ 21:00 | 19:00 ~ 21:15 |
| 6  | 土  |                            | 15:15 ~ 16:30 | 16:30 ~ 18:30 | 16:30 ~ 18:45 |
| 7  | 日  | 休館日・広島市選手権(ビッグウェーブ)        |               |               |               |
| 8  | 月  |                            | 18:00 ~ 19:30 | 18:00 ~ 20:00 | 19:30 ~ 21:15 |
| 9  | 火  | 休館日                        |               |               |               |
| 10 | 水  |                            | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 20:00 | 19:00 ~ 21:15 |
| 11 | 木  |                            | 18:00 ~ 19:30 | 18:00 ~ 20:00 | 19:30 ~ 21:15 |
| 12 | 金  |                            | 18:00 ~ 19:00 | 19:00 ~ 21:00 | 19:00 ~ 21:15 |
| 13 | 土  | 中国小中学高校生選手権(ビッグウェーブ)       | 15:15 ~ 16:30 |               |               |
| 14 | 日  | 休館日・中国小中学高校生選手権            |               |               |               |
| 15 | 月  | 休館日                        |               |               |               |
| 16 | 火  | 休館日                        |               |               |               |
| 17 | 水  |                            | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 20:00 | 19:00 ~ 21:15 |
| 18 | 木  |                            | 18:00 ~ 19:30 | 18:00 ~ 20:00 | 19:30 ~ 21:15 |
| 19 | 金  |                            | 18:00 ~ 19:00 | 19:00 ~ 21:00 | 19:00 ~ 21:15 |
| 20 | 土  |                            | 15:15 ~ 16:30 | 16:30 ~ 18:30 | 16:30 ~ 18:45 |
| 21 | 日  | 休館日・秋季チャンピオンシップ(J S S 廿日市) |               |               |               |
| 22 | 月  |                            | 18:00 ~ 19:30 | 18:00 ~ 20:00 | 19:30 ~ 21:15 |
| 23 | 火  | 休館日                        |               |               |               |
| 24 | 水  |                            | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 20:00 | 19:00 ~ 21:15 |
| 25 | 木  |                            | 18:00 ~ 19:30 | 18:00 ~ 20:00 | 19:30 ~ 21:15 |
| 26 | 金  |                            | 18:00 ~ 19:00 | 19:00 ~ 21:00 | 19:00 ~ 21:15 |
| 27 | 土  |                            | 15:15 ~ 16:30 | 16:30 ~ 18:30 | 16:30 ~ 18:45 |
| 28 | 日  | 休館日                        |               |               |               |
| 29 | 月  |                            | 18:00 ~ 19:30 | 18:00 ~ 20:00 | 19:30 ~ 21:15 |
| 30 | 火  | 休館日                        |               |               |               |
|    |    |                            |               |               |               |

※赤字は有料練習(1回770円)

- ① ロッカールームでの飲食・休養は禁止です。
- ② 練習時間、競技会等のお問い合わせは各担当コーチまでご連絡ください。
- ③ 盗難防止の為、貴重品は必ず受付へ預けてください。
- ④ 練習終了後、速やかにご帰宅下さい。(閉館時間21:30)

各競技会参加について

- ① JSS指定のジャージ・Tシャツ・水着(FINAマーク付)・キャップを必ず着用してください。  
育成クラスの方はJSS指定のジャージ(上下)の購入をお願い致します。2019年11月の市選手権より完全着用とします。
- ② 月会費未納の方は試合の申込をお断り致します。また2ヶ月以上の月会費未納が発生した場合、支払いが確認できるまでの間は練習に参加できませんのでご注意ください。