

チームかんむりわしJr. 10月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		【初級】【中級】16:30-17:30 バイクラン／サザンゲート 【上級】17:30-19:00 バイクラン／サザンゲート	17:00～18:00 スイム/市営プール(水温低下時は海邦) 18:00-19:00ラン競技場 海邦利用時は 18:30-19:30ラン競技場	【初級】【中級】17:00-18:00 バイクラン/運動公園	スイム／海邦SC※時間は左下参照 【上級】13:15-14:45 バイクラン／運動公園	定休日
6	7	8	9	10	11	12
定休日	①17:00～18:00 ②18:00～19:00 ③17:00～19:00 スイム／海邦SC	【初級】【中級】16:30-17:30 バイクラン／サザンゲート 【上級】17:30-19:00 バイクラン／サザンゲート	17:00～18:00 スイム/市営プール(水温低下時は海邦) 18:00-19:00ラン競技場 海邦利用時は 18:30-19:30ラン競技場	【初級】【中級】17:00-18:00 バイクラン/運動公園	スイム／海邦SC※時間は左下参照 【上級】13:15-14:45 バイクラン／運動公園	定休日
スポーツの日 13	14	15	16	17	18	19
於茂登登山 10:00-13:00頃 振替またはDコース でご参加ください。	①17:00～18:00 ②18:00～19:00 ③17:00～19:00 スイム／海邦SC	【初級】【中級】16:30-17:30 バイクラン／サザンゲート 【上級】17:30-19:00 バイクラン／サザンゲート	17:00～18:00 スイム/市営プール(水温低下時は海邦) 18:00-19:00ラン競技場 海邦利用時は 18:30-19:30ラン競技場	【初級】【中級】17:00-18:00 バイクラン/運動公園	スイム／海邦SC※時間は左下参照 【上級】13:15-14:45 バイクラン／運動公園	定休日
20	21	22	23	24	OWS石垣島 25	海邦記録会 26
定休日	①17:00～18:00 ②18:00～19:00 ③17:00～19:00 スイム／海邦SC	【初級】【中級】16:30-17:30 バイクラン／サザンゲート 【上級】17:30-19:00 バイクラン／サザンゲート	17:00～18:00 スイム/市営プール(水温低下時は海邦) 18:00-19:00ラン競技場 海邦利用時は 18:30-19:30ラン競技場	【初級】【中級】17:00-18:00 バイクラン/運動公園	スイム／海邦SC※時間は左下参照 【上級】13:15-14:45 バイクラン／運動公園 練習はお休みです。振替をお願いします。	定休日
27	トミーコーチ休み 28	29	30	31		
定休日	①17:00～18:00 ②18:00～19:00 ③17:00～19:00 スイム／海邦SC	定休日	定休日	定休日		

土曜・海邦スイム	
9:10-10:45	スイム上級クラス
9:30-10:45	スイム中級クラス
10:45-12:00	スイム初級クラス