



選手コーススケジュール 2021.08

日付	曜日	特別練習 時間	スイムトレーニング 時間
1	日	休み	
2	月		19:00~21:00
3	火		19:00~21:00
4	水		19:00~21:00
5	木		19:00~21:00
6	金		19:00~21:00
7	土		10:00~12:00
8	日	第76回瀬戸内海沿岸 小・中学生水泳大会	
9	月	休み	
10	火		10:00~12:00
11	水		10:00~12:00
12	木		10:00~12:00
13	金	休み	
14	土	休み	
15	日	休み	
16	月		19:00~21:00
17	火		19:00~21:00
18	水		19:00~21:00
19	木		19:00~21:00
20	金		19:00~21:00
21	土		17:00~19:00
22	日	休み	
23	月		19:00~21:00
24	火		19:00~21:00
25	水		19:00~21:00
26	木		19:00~21:00
27	金		19:00~21:00
28	土	第50回 四国学童選手権水泳競技大会 女子	
29	日	第50回 四国学童選手権水泳競技大会 男子	
30	月		19:00~21:00
31	火		17:00~19:00

☆コロナウイルス感染拡大防止の為、陸上トレーニングを中止します。再開時は、ご連絡します。各自でストレッチ・筋力トレーニングを実施してください。



選手コーススケジュール 2021.07

日付	曜日	特別練習 時間	スイムトレーニング 時間
1	木		19:00~21:00
2	金		19:00~21:00
3	土		17:00~19:00
4	日	第44回全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会 愛媛県予選会	
5	月		19:00~21:00
6	火		19:00~21:00
7	水		19:00~21:00
8	木		19:00~21:00
9	金		19:00~21:00
10	土		17:00~19:00
11	日	休み	
12	月		19:00~21:00
13	火		19:00~21:00
14	水		19:00~21:00
15	木		19:00~21:00
16	金		19:00~21:00
17	土		17:00~19:00
18	日	休み	
19	月		19:00~21:00
20	火		19:00~21:00
21	水		19:00~21:00
22	木		15:00~17:00
23	金	愛媛県中学総合体躯大会	15:00~17:00
24	土	愛媛県中学総合体躯大会	17:00~19:00
25	日	休み	
26	月		19:00~21:00
27	火		19:00~21:00
28	水		19:00~21:00
29	木		19:00~21:00
30	金		19:00~21:00
31	土		17:00~19:00

☆コロナウイルス感染拡大防止の為、陸上トレーニングを中止します。再開時は、ご連絡します。各自でストレッチ・筋力トレーニングを実施してください。