

ぴいーす SC 練習予定 2月

1月16日更新

□論義公園プール 50m

□論義プールは抽選予約が必要で、抽選会は前月の第2土曜日です。

参加時には必ず愛護手帳・療育手帳・身障者手帳を受付に提出ください。

2月 1日 (日)	13:00~14:00	1. 2レーン	初中級
2月 1日 (日)	14:00~16:00	3. 4レーン	中上級・選手
2月 2日 (月)	17:00~18:00	1 レーン	初中級
2月 2日 (月)	18:00~20:00	2. 3レーン	中上級・選手
2月 5日 (木)	17:00~18:00	1. 2レーン	初中級
2月 5日 (木)	18:00~20:00	1. 2レーン	中上級・選手 (金曜日振替)
2月 6日 (金)	18:00~20:00	1. 2レーン	振替え・選手
18:00~19:00 フリーレーンで飛び込みなど練習。(19:00 まで中京高校使用のため)			
2月 7日 (土)	17:00~18:00	1. 2レーン	初中級
2月 7日 (土)	18:00~20:00	1. 2レーン	中上級・選手
2月 8日 (日)	15:00~16:00	1. 2レーン	初中級
2月 8日 (日)	16:00~18:00	1. 2レーン	中上級・選手
2月 9日 (月)	17:00~18:00	1 レーン	初中級
2月 9日 (月)	18:00~20:00	2. 3レーン	中上級・選手
2月11日 (水・祝)	13:00~14:00	1 レーン	初中級
2月11日 (水・祝)	13:00~15:00	2. 3レーン	中上級・選手
2月12日 (木) 振替休館日のため変更			
2月13日 (金)	18:00~20:00	1. 2レーン	振替え・選手
18:00~19:00 フリーレーンで飛び込みなど練習。(19:00 まで中京高校使用のため)			
2月14日 (土)	17:00~18:00	1. 2レーン	初中級
2月14日 (土)	18:00~20:00	1. 2レーン	中上級・選手

2月16日（月）	17：00～18：00	1 レーン	初中級
2月16日（月）	18：00～20：00	2. 3レーン	中上級・選手
2月19日（木）	17：00～18：00	1. 2レーン	初中級
2月19日（木）	18：00～20：00	1. 2レーン	中上級・選手（金曜日振替）
2月20日（金）	18：00～20：00	1. 2レーン	振替え・選手
18：00～19：00 フリーレーンで飛び込みなど練習。（19：00 まで中京高校使用のため）			
2月23日（月・祝）	13：00～14：00	1 レーン	初中級
2月23日（月・祝）	13：00～15：00	2. 3レーン	中上級・選手
2月26日（木）	17：00～18：00	1. 2レーン	初中級
2月26日（木）	18：00～20：00	1. 2レーン	中上級・選手（金曜日振替）
2月27日（金）	18：00～20：00	1. 2レーン	振替え・選手
18：00～19：00 フリーレーンで飛び込みなど練習。（19：00 まで中京高校使用のため）			
2月28日（土）	18：00～19：00	1 レーン	初中級
2月28日（土）	18：00～20：00	2. 3レーン	中上級・選手

★ 2月の初中級レッスンとは、

- ① 今までのスポーツセンターで、火曜日・土曜日・日曜日の1コースで練習していた選手
→水深の深く50mプールのため途中で上がり歩いて戻ります。プルブイ（浮き輪）などをつけて泳ぎます。
 - ② 今までのスポーツセンターで、火曜日・土曜日・日曜日の2コースで練習していた選手
→頑張って50メートル泳げるように練習します。
- ★ 今まで口論義プールで泳いだことのある選手は、中上級コースもチャレンジしてみてください。

備考

- ★ 2月の金曜日は毎週17時～19時まで中京高校が利用しているため、金曜日の通常練習は木曜日に振り替えます（志賀・秋田・遠山）。木曜日の参加が難しい会員や選手コースの会員は1時間フリーレーン＋1時間予約レーンにて対応します。
- ★ 多目的室を利用する場合はなるべく多目的室のロッカーを使わず、持って出ていただき、荷物はご父兄の男女ロッカーを使用いただくと助かります。
- ★ 更衣室へ入る場合は、靴もロッカーへ入れてください。
- ★ 2月15日（日）は他団体の予約が入っているため**お休み**です。
- ★ 2月21日（土）～22日（日）は中部障がい者水泳連盟の合宿のため**お休み**です。
- ★ 初中級の方でもどんどん中上級にチャレンジしてください。ご相談ください。
- ★ 初中級の練習は1時間になっていますが、泳げる選手は続けて30分～1時間お泳ぎことができます。ご相談ください。