

# ぴいーす SC 練習予定 3月

2月17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。

3月 1日(日)	他団体使用のため	お休み
3月 2日(月)	19:00~20:00	2レーン 中上級・選手 当日振替連絡はご遠慮ください。振替の選手は必ず連絡下さい。
3月 5日(木)	17:00~19:00	1. 2レーン 初中級
3月 5日(木)	18:00~20:00	2. 3レーン 中上級・選手
3月 6日(金)	18:00~20:00	1. 2レーン 中上級・選手
3月 7日(土)	15:00~17:00	1レーン 初中級
3月 7日(土)	15:00~17:00	2. 3レーン 中上級・選手
3月 8日(日)	他団体大会のため	お休み
3月 9日(月)	18:00~20:00	2レーン 中上級・選手 当日振替連絡はご遠慮ください。振替の選手は必ず連絡下さい。
3月12日(木)	17:00~19:00	1. 2レーン 初中級
3月12日(木)	18:00~20:00	2. 3レーン 中上級・選手
3月13日(金)	他団合宿のため	お休み
3月14日(土)	他団合宿のため	お休み
3月15日(日)	他団合宿のため	お休み
3月16日(月)	18:00~20:00	2レーン 中上級・選手 当日振替連絡はご遠慮ください。振替の選手は必ず連絡下さい。
3月19日(木)	17:00~19:00	1. 2レーン 初中級
3月19日(木)	18:00~20:00	2. 3レーン 中上級・選手

3月20日（金）	16：00～18：00	1. 2レーン	中上級・選手
3月21日（土）	水球使用のため <b>お休み</b>		
3月22日（日）	水球使用のため <b>お休み</b>		
3月23日（月）	18：00～20：00	2レーン	中上級・選手
当日振替連絡はご遠慮ください。振替の選手は必ず連絡下さい。			
3月26日（木）	18：00～20：00	1. 2レーン	初中級
2月26日（木）	18：00～20：00	2. 3レーン	中上級・選手
3月27日（金）	18：00～20：00	1. 2レーン	中上級・選手
3月28日（土）	13：00～15：00	1 レーン	初中級
3月28日（土）	13：00～15：00	2. 3レーン	中上級・選手
3月29日（日）	中部記録会のため <b>お休み</b>		
3月30日（月）	18：00～20：00	2レーン	中上級・選手
当日振替連絡はご遠慮ください。振替の選手は必ず連絡下さい。			

## ★ 3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

- ★ 3月の初中級は2時間を予定しています。1時間30分で終了することも可。
- ★ 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。
- ★ 初中級の方は特に前日までに欠席をお知らせください。プルブイ（腰浮き輪）の準備の関係上。