## 2025年度 10月度 選手練習日程表

1   水		D-1			C-1		
2 木       06:15~08:45       17:00~18:45       第3回大阪府シュニア         3 金       17:00~18:45       第3回大阪府シュニア         4 土 08:00~10:30       17:00~18:45       17:00~18:45         5 日 06:45~08:15       06:15~08:45       17:00~18:45         7 火       06:15~08:45       17:00~18:45         8 水       06:15~08:45       17:00~18:45         10 金       17:00~18:45         11 土 08:00~10:30       10:15~12:00         12 日 06:45~08:15       13 月 08:00~10:30       10:15~12:00         14 火       06:15~08:45       17:00~18:45         15 水       06:15~08:45       17:00~18:45         17 金       17:00~18:45       大阪府ジュニア公認記録会         19 日 06:45~08:15       大阪府ジュニア公認記録会         20 月       06:15~08:45       17:00~18:45         21 火       06:15~08:45       17:00~18:45         22 水       06:15~08:45       17:00~18:45         23 木       06:15~08:45       17:00~18:45         24 金       17:00~18:45       大阪府公記18:45         25 土 08:00~10:30       10:15~12:00       紀州会同(秋業山)         26 日 06:45~08:15       大阪府公記45       大阪府公認45       大阪府公認45         27 月       06:15~08:45       17:00~18:45       大阪府公認45 <td>日</td> <td>曜</td> <td>A M</td> <td>P M</td> <td>練習時間</td> <td>試合関係</td> <td>備考</td>	日	曜	A M	P M	練習時間	試合関係	備考
3 金	1	水		06:15~08:45			
4 土 08:00~10:30 5 日 06:45~08:15 6 月 06:45~08:05 7 火 06:15~08:45 9 木 06:15~08:45 17:00~18:45 10 金 17:00~18:45 11 土 08:00~10:30 10:15~12:00 12 日 06:45~08:15 13 月 08:00~10:30 10:15~12:00 14 火 06:15~08:45 17:00~18:45 16 木 06:15~08:45 17:00~18:45 17 金 17:00~18:45 18 土 08:00~10:30 17:00~18:45 19 日 06:45~08:15 (東大阪) 20 月 06:15~08:45 17:00~18:45 21 火 06:15~08:45 17:00~18:45 22 水 06:15~08:45 17:00~18:45 23 木 06:15~08:45 17:00~18:45 24 金 17:00~18:45 17:00~18:45 25 土 08:00~10:30 10:15~12:00   紀州合同(秋葉山) 26 日 06:45~08:15   大阪府公記:15.20   紀州合同(秋葉山)	2	木		06:15 <b>~</b> 08:45	17:00~18:45		第3回大阪府ジュニア公認
5 日 06:45~08:15   06:15~08:45   17:00~18:45   17:0	3	金			17:00~18:45		(締)
日 日	4	土	08:00~10:30				
7   火	5	日	06:45~08:15				
8 水 06:15~08:45 17:00~18:00 17:00~18:00 17:00~18:00 17:00~18:00 17:00~18:00	6	月		06:15~08:45	17:00 <b>~</b> 18:45		
9 木       06:15~08:45       17:00~18:45         10 金       17:00~18:45         11 土 08:00~10:30       10:15~12:00         12 日 06:45~08:15       10:15~12:00         14 火       06:15~08:00       17:00~18:45         15 水       06:15~08:45       17:00~18:45         16 木       06:15~08:45       17:00~18:45         17 金       17:00~18:45       (東大阪)         19 日 06:45~08:15       (東大阪)         20 月       06:15~08:45       17:00~18:45         21 火       06:15~08:45       17:00~18:45         22 水       06:15~08:45       17:00~18:45         23 木       06:15~08:45       17:00~18:45         24 金       17:00~18:45       (東州合同(秋業山)         25 土 08:00~10:30       10:15~12:00       紀州合同(秋業山)         26 日 06:45~08:15       7       大阪府公認11/16:23	7	火		06:15~08:00	17:00 <b>~</b> 18:45		
10 金	8	水		06:15~08:45			
11 土 08:00~10:30	9	木		06:15~08:45	17:00 <b>~</b> 18:45		
12 日 06:45~08:15   10:15~12:00   10:15~12:00   14 火 06:15~08:00   17:00~18:45   17	10	金			17:00~18:45		
13 月 08:00~10:30	11	土	08:00~10:30		10:15~12:00		
14   火   06:15~08:00   17:00~18:45   15   水   06:15~08:45   17:00~18:45   17:00~18:45   17:00~18:45   17:00~18:45   17:00~18:45   17:00~18:45   18   土 08:00~10:30   大阪府ジュニア公認記録会   19 日 06:45~08:15   (東大阪)   20 月   06:15~08:45   17:00~18:45   21   火   06:15~08:00   17:00~18:45   22   水   06:15~08:45   17:00~18:45   23   木   06:15~08:45   17:00~18:45   24   金   17:00~18:45   25   土 08:00~10:30   10:15~12:00   紀州合同(秋葉山)   26 日 06:45~08:15   06:15~08:45   17:00~18:45   27   月   06:15~08:45   17:00~18:45   大阪府公認11/16:23	12	日	06:45~08:15				
15 水   06:15~08:45   17:00~18:45   17:00~18:45   17:00~18:45   17:00~18:45   17:00~18:45   17:00~18:45   17:00~18:45   17:00~18:45   18 土 08:00~10:30   大阪府ジュニア公認記録会   19 日 06:45~08:15   (東大阪)   20 月   06:15~08:45   17:00~1	13	月	08:00~10:30		10:15~12:00		
16   木	14	火		06:15~08:00	17:00 <b>~</b> 18:45		
17 金   17:00~18:45   大阪府ジュニア公認記録会   19 日 06:45~08:15   (東大阪)   (東大阪の公認11/16.23)   (東京公認11/16.23)   (東京公認11/16.23)   (東大阪府公認11/16.23)   (東大阪府公認11/16.23)   (東京公認11/16.23)   (東京公認11/1	15	水		06:15~08:45			
大阪府ジュニア公認記録会   大阪府ジュニア公認記録会   19 日 06:45~08:15   (東大阪)   (	16	木		06:15~08:45	17:00~18:45		
19 日 06:45~08:15	17	金			17:00~18:45		
20 月       06:15~08:45       17:00~18:45         21 火       06:15~08:00       17:00~18:45         22 水       06:15~08:45       17:00~18:45         23 木       06:15~08:45       17:00~18:45         24 金       17:00~18:45       10:15~12:00       紀州合同(秋葉山)         26 日 06:45~08:15       06:15~08:45       17:00~18:45       大阪府公認11/16.23         28 火       06:15~08:00       17:00~18:45       大阪府公認11/16.23	18	土	08:00~10:30			大阪府ジュニア公認記録会	
21 火       06:15~08:00       17:00~18:45         22 水       06:15~08:45                 23 木       06:15~08:45       17:00~18:45         24 金       17:00~18:45                 25 土 08:00~10:30       10:15~12:00                                 26 日 06:45~08:15   <td>19</td> <td>日</td> <td>06:45~08:15</td> <td></td> <td></td> <td>(東大阪)</td> <td></td>	19	日	06:45~08:15			(東大阪)	
22 水       06:15~08:45         23 木       06:15~08:45       17:00~18:45         24 金       17:00~18:45         25 土 08:00~10:30       10:15~12:00       紀州合同(秋葉山)         26 日 06:45~08:15       06:15~08:45       17:00~18:45         27 月       06:15~08:00       17:00~18:45       大阪府公認11/16.23	20	月		06:15~08:45	17:00 <b>~</b> 18:45		
23 木       06:15~08:45       17:00~18:45         24 金       17:00~18:45         25 土 08:00~10:30       10:15~12:00       紀州合同(秋葉山)         26 日 06:45~08:15       06:15~08:45       17:00~18:45         27 月       06:15~08:00       17:00~18:45       大阪府公認11/16.23	21	火		06:15~08:00	17:00 <b>~</b> 18:45		
24 金       17:00~18:45         25 土 08:00~10:30       10:15~12:00       紀州合同(秋葉山)         26 日 06:45~08:15       06:15~08:45       17:00~18:45         27 月       06:15~08:00       17:00~18:45       大阪府公認11/16.23	22	水		06:15~08:45			
25 土 08:00~10:30       10:15~12:00       紀州合同(秋葉山)         26 日 06:45~08:15       27 月 06:15~08:45       17:00~18:45         28 火 06:15~08:00       17:00~18:45       大阪府公認11/16.23	23	木		06:15~08:45	17:00 <b>~</b> 18:45		
26 日 06:45~08:15       06:15~08:45       17:00~18:45         27 月 06:15~08:00       17:00~18:45       大阪府公認11/16.23	24	金			17:00~18:45		
27 月       06:15~08:45       17:00~18:45         28 火       06:15~08:00       17:00~18:45       大阪府公認11/16.23	25	土	08:00~10:30		10:15~12:00	紀州合同(秋葉山)	
28 火 06:15~08:00 17:00~18:45 大阪府公認11/16.23	26	日	06:45~08:15				
	27	月		06:15~08:45	17:00~18:45		
29 水 06:15~08:45	28	火		06:15~08:00	17:00~18:45		大阪府公認11/16.23(締)
	29	水		06:15~08:45			
30 木	30	木					
31 金	31	金					

- ※ 各競技会出場者は別紙にてお知らせします。
- ※ 時間が変更されている日があります、間違えないように。
- ※ 朝夕の気温が下がってきました、体調管理をしっかりするように。
- ※ 30日・31日は、休みになります。間違えないように。
- ※ 選手関係の緊急連絡先、スイミング携帯(090-6736-1833)