

## ウェーブ練習日程（2019年10月～11月）

☆水泳は思っている以上に汗をかくスポーツです。熱中症を予防するためにも水分を補給できるように水筒を持参してください。

☆10月13日（日）10月20日（日）はスポセンにて18時30分～20時の練習となります間違えないようにしてください。

☆10月24日（木）10月27日（日）11月3日（日）の練習はありません

☆11月3日（日）はクラブ旅行を予定しています。織細は後日お知らせします

☆11月より3月までセンターが使用できなくなりガイシでの練習となります。練習時間が不規則なため予定表を確認して間違えないようにしてください

☆次回のガイシ予約日は10月1日（火）9時からです。ご協力よろしくお願いたします

2018年10月～11月までの練習予定		
日にち	場所	時間
10月3日（木）	スポセン	18時30分～20時
10月6日（日）	スポセン	9時30分～12時
10月10日（木）	スポセン	18時30分～20時
10月13日（日）	スポセン（日赤利用のため）	18時30分～20時
10月17日（木）	スポセン	18時30分～20時
10月20日（日）	スポセン（講習会のため）	18時30分～20時
10月24日（木）	休館日	休み
10月27日（日）	市スポ（卓球のため）	休み
10月31日（木）	スポセン	18時30分～20時
11月3日（日）	クラブ旅行のため	休み
11月7日（木）	ガイシ	18時30分～20時30分
11月10日（日）	ガイシ	10時～12時
11月14日（木）	ガイシ	18時30分～20時30分
11月17日（日）	ガイシ	11時～13時
11月21日（木）	ガイシ	18時30分～20時30分
11月24日（日）	ガイシ	11時～13時
11月28日（木）	ガイシ	18時～20時

## 練習時間

木曜日 夜間 18時30分～20時

日曜日 スポセン午前9時30分～12時

\*ガイシアリーナプールでの練習は、50mを完泳できる方のみです

\*責任者 会長 伊藤雅宏 作成者 高阪文雄

\*事務局より 質問は [swim@nagoyawave.com](mailto:swim@nagoyawave.com) 宛にご連絡ください