

## ウェーブ 練習日程（2025 年 10 月～2025 年 11 月）

### <連絡事項>

- ◎ 練習時の見守り体制が不安な状態です。声かけ・見守りを含め、親御さんボラの方のプールサイドでの協力が必要です。安全な練習実施のためにも協力をよろしくお願いします。
- ◎ 練習日程等の連絡について、LINE による配信の方法に変更しました。LINE グループに登録されていない方は [trik-th\\_7332@softbank.ne.jp](mailto:trik-th_7332@softbank.ne.jp) にご連絡ください。
- ◎ 11 月 30 日は、耐久大会として、25m・50mを 108 回泳ぎます。  
9 時 45 分に開始しますので、それまでに着替えやアップ等を済ませて下さい。集合時間に遅れると、108 回泳ぎきれなくなります。保護者の方もカウントなどのご協力をお願いします。

| 2025 年 10 月から 2025 年 11 月までのウェーブ練習日程 |      |             |           |      |                    |
|--------------------------------------|------|-------------|-----------|------|--------------------|
| 木曜日                                  |      |             | 日曜日       |      |                    |
| 10 月 2 日                             | 休み   | 指導者不在       | 10 月 5 日  | スポセン | 9:30～12:00         |
| 10 月 9 日                             | スポセン | 18:30～20:00 | 10 月 12 日 | 休み   | 東海水泳記録会            |
| 10 月 16 日                            | スポセン | 18:30～20:00 | 10 月 19 日 | スポセン | 9:30～12:00         |
| 10 月 23 日                            | スポセン | 18:30～20:00 | 10 月 26 日 | スポセン | <b>18:30～20:00</b> |
| 10 月 30 日                            | スポセン | 18:30～20:00 | 11 月 2 日  | スポセン | 9:30～12:00         |
| 11 月 6 日                             | スポセン | 18:30～20:00 | 11 月 9 日  | スポセン | 9:30～12:00         |
| 11 月 13 日                            | スポセン | 18:30～20:00 | 11 月 16 日 | 休み   | センター利用不可           |
| 11 月 20 日                            | スポセン | 18:30～20:00 | 11 月 23 日 | 休み   | 3 連休のため            |
| 11 月 27 日                            | スポセン | 18:30～20:00 | 11 月 30 日 | スポセン | 9:30～12:00         |
|                                      |      |             |           |      |                    |

練習について変更がありましたら、LINE グループによりご連絡させていただきます。

★ 水泳は思っている以上に汗をかくスポーツです。熱中症予防のためにも水分を補給できるように水筒持参してください。

\* 責任者 会長 柴山英志      作成者 河合 瞭

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