

# 2023年 東京DC駒沢 選手コース 予定表

## 3月

## 4月

## 5月

日	曜	X	E 1	E 2	日	曜	X	E 1	E 2	日	曜	X	E 1	E 2
1	水		定期	定期	1	土	定期	定期		1	月	休館		
2	木	定期		定期	2	日	特 10:00~	特 8:00~	休館	2	火	休館		特 16:30~
3	金	定期	定期		3	月	定期		定期	3	水	特 12:30~	特 10:00~	特 9:30~
4	土	定期	ジュニアスプリント		4	火	定期	定期		4	木	特 2回練習	特 13:00~	休館
5	日	特 10:00~			5	水			定期	定期	5	金	特 12:30~	特 10:00~
6	月	定期		定期	6	木	定期		定期	6	土	定期	都Jr長12才以下	
7	火	定期	定期		7	金	定期	定期		7	日	休館		
8	水		定期	定期	8	土	定期	定期		8	月	定期		定期
9	木	定期		定期	9	日	選手クラス交流会			9	火	定期	定期	
10	金	定期	定期		10	月	定期		定期	10	水		定期	定期
11	土	定期	定期		11	火	定期	定期		11	木	定期		定期
12	日	特 10:00~	休館		12	水		定期	定期	12	金	定期	定期	
13	月	定期		定期	13	木	定期		定期	13	土	都Jr長	定期	
14	火	定期	定期		14	金	定期	定期		14	日	13才以上	休館	
15	水		定期	定期	15	土	東京都ジュニア春季			15	月	定期		定期
16	木	ベストチャレンジ 200mIM			16	日				16	火	定期	定期	
17	金	定期	定期		17	月	定期		定期	17	水		定期	定期
18	土	定期	定期		18	火	定期	定期		18	木	定期		定期
19	日	休館	特 8:00~	特 8:00~	19	水		定期	定期	19	金	定期	定期	
20	月	定期		定期	20	木	定期		定期	20	土	定期	定期	
21	火	休館[春分の日]			21	金	定期	定期		21	日	特 10:00~	特 8:00~	特 8:00~
22	水		定期	定期	22	土	都春季長水	定期		22	月	定期		定期
23	木	定期		定期	23	日	(中学生以上の予定)	休館		23	火	定期	定期	
24	金	定期	定期		24	月	定期		定期	24	水		定期	定期
25	土	定期	定期		25	火	定期	定期		25	木	ベストチャレンジ 200mIM		
26	日	特 10:00~	休館		26	水		定期	定期	26	金	定期	定期	
27	月	定期		定期	27	木	ベストチャレンジ 自由形			27	土	定期	定期	
28	火	定期	定期		28	金	定期	定期		28	日	特 10:00~	特 8:00~	休館
29	水		定期	定期	29	土	特 10:00~	休館[昭和の日]		29	月	定期		定期
30	木	定期		定期	30	日	休館	特 2回練習	休館	30	火	定期	定期	
31	金	定期	定期							31	水		定期	定期

★ 競技会予定

4・5日 ジュニアスプリント  
27~30日 全国JO [突破者]

★ ベストチャレンジ

16日 200m個人メドレー  
★ 土曜日朝練習 [8:00~9:20]

★ 特 特別練習

5日 X[10:00~12:00]  
12日 X[10:00~12:00]  
19日 E2[8:00~10:00] E1[8:00~10:00]  
26日 X[10:00~12:00]

★ 休館

21日 春分の日

★ 競技会予定

15・16日 東京都ジュニア春季  
22・23日 東京都春季(中学生以上の予定)

★ ベストチャレンジ

27日 自由形  
★ 土曜日朝練習 [8:00~9:20]

★ 特 特別練習

2日 E1[8:00~10:00] X[10:00~12:00]  
★ 特別イベント  
9日 選手クラス交流会[9:00~11:00]  
29日 X[10:00~12:00]  
30日 E1 [8:00~10:00][14:00~16:00]

★ 休館

4/29~5/5 春季定期休館[※特練を行います]  
決まり次第お知らせいたします

★ 競技会予定

6・7日 東京都ジュニア長水(12才以下)  
13・14日 東京都ジュニア長水(13才以上)

★ ベストチャレンジ

25日 200m個人メドレー  
★ 土曜日朝練習 [8:00~9:20]

★ 特 特別練習

2日 E2[16:30~19:00]  
3日 E2[9:30~12:00]  
3日 E1[10:00~12:00] X[12:30~15:00]  
4日 X [9:30~12:00][17:00~19:00]  
4日 E1[13:00~15:00]  
5日 E2[9:30~12:00]  
5日 E1[10:00~12:00] X[12:30~15:00]  
21日 E2[8:00~10:00] E1[8:00~10:00]  
21日 X[10:00~12:00]  
28日 E1[8:00~10:00] X[10:00~12:00]