

【2026年度】

AS

○施設の利用状況により、日程が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

●練習日							●次月不足分練習日							●前月不足分練習日						
2026年4月							5月							6月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2		1	2	3	4	5	6
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				
							31													
注記事項							注記事項							注記事項						
火曜日:4回練習(5月分含) 金曜日:3回練習							火曜日:2回練習(不足分は4/28に実施) 金曜日:3回練習							火曜日:3回練習 金曜日:2回練習(不足分は7/3に実施)						

7月							8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4							1			1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30			
							30	31												
注記事項							注記事項							注記事項						
火曜日:3回練習 金曜日:4回練習(6月不足分含)							火曜日:2回練習 金曜日:3回練習 ※不足分は10日(月)に実施します。 火曜日コースは月内で規定回数(3回)ご参加ください。							火曜日:2回練習 金曜日:2回練習 ※不足分は2日(水)、9日(水)に実施します。 月内で規定回数(3回)ご参加ください。						

10月							11月							12月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26
25	26	27	28	29	30	31	29	30						27	28	29	30	31		
注記事項							注記事項							注記事項						
火曜日:4回練習(11月不足分含) 金曜日:3回練習							火曜日:1回練習(不足分は10/27に実施) 金曜日:2回練習 ※不足分は4日(水)、30日(月)に実施します。 月内で規定回数(3回)ご参加ください。							火曜日:2回練習 金曜日:1回練習 ※不足分は9日(水)、14日(月)、16日(水)に実施します。 月内で規定回数(3回)ご参加ください。						

2027年1月							2月							3月								
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土		
					1	2			1	2	3	4	5	6			1	2	3	4	5	6
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13		
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20		
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27		
24	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31					
31																						
注記事項							注記事項							注記事項								
火曜日:3回練習 金曜日:3回練習							火曜日:2回練習 金曜日:3回練習 ※不足分は22日(月)に実施します。 火曜日コースは月内で規定回数(3回)ご参加ください。							火曜日:4回練習 金曜日:2回練習 月内で規定回数(3回)ご参加ください。								

【2026年度】

飛 込

○施設の利用状況により、日程が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

…練習日

2026年4月							5月							6月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2		1	2	3	4	5	6
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				
							31													
注 記 事 項							注 記 事 項							注 記 事 項						
練習実施日6日							練習実施日4日							練習実施日5日						
														5~6月の期間で規定日数(6日)をご参加ください。						

7月							8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4							1			1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30			
							30	31												
注 記 事 項							注 記 事 項							注 記 事 項						
練習実施日7日							練習実施日6日							練習実施日2日						
														7~9月の期間で規定日数(9日)をご参加ください。						

10月							11月							12月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26
25	26	27	28	29	30	31	29	30						27	28	29	30	31		
注 記 事 項							注 記 事 項							注 記 事 項						
練習実施日8日							練習実施日5日							練習実施日4日						
														10~12月の期間で規定日数(9日)をご参加ください。						

2027年1月							2月							3月								
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土		
					1	2			1	2	3	4	5	6			1	2	3	4	5	6
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13		
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20		
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27		
24	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31					
31																						
注 記 事 項							注 記 事 項							注 記 事 項								
練習実施日7日							練習実施日6日							練習実施日6日								
														1~2月の期間で規定日数(6日)をご参加ください。								