

## 2020年11月 【上級クラス（体験スケジュール）】

【日大豊山】					【日本大学三軒茶屋キャンパス】 <small>※コロナウイルス感染拡大予防の為、 プールサイドでの見学はお断りさせていただいております。</small>				
日付	曜日	時間	種目・テーマ	担当	日付	曜日	時間	種目・テーマ	担当
					7日	土	10:00-11:30	背泳ぎ	杉浦
					28日	土	12:30-14:00	平泳ぎ	古金
					29日	日	10:00-11:30	バタフライ	長瀬・青田
							12:30-14:00	ターン練習	寒河江

【国立代々木競技場(インドアプール)】 <small>※コロナウイルス感染拡大予防の為、 見学はお断りさせていただいております。</small>					【コスミックセンター】				
日付	曜日	時間	種目・テーマ	担当	日付	曜日	時間	種目・テーマ	担当
1日	日	16:00-17:30	クロール	寒河江	1日	日	13:30-15:00	飛び込み練習	田淵
3日	火祝	13:30-15:00	個人メドレー	寒河江	3日	火祝	15:50-17:20	平泳ぎ	田淵
23日	月祝	10:00-11:30	背泳ぎ	田淵	8日	日	13:30-15:00	平泳ぎ	長瀬・古金
		11:30-13:00	バタフライ	青田			16:00-17:30	クロール	長瀬
		13:00-14:30	平泳ぎ	田淵	15日	日	13:45-15:15	背泳ぎ	田淵
29日	日	16:00-17:30	平泳ぎ	青田			15:50-17:20	平泳ぎ	長瀬・古金
					20日	金	18:00-19:30	【少人数】個人メドレー (4泳法のスピード練習)	寒河江
					21日	土	13:30-15:00	クロール	田淵・細川
							15:50-17:20	平泳ぎ	田淵・細川
					22日	日	13:30-15:00	バタフライ	寒河江
							15:50-17:20	背泳ぎ	布施谷
					23日	月祝	13:30-15:00	クロール	古金
							15:50-17:20	飛び込み練習	布施谷
					29日	日	13:30-15:00	背泳ぎ	布施谷
15:50-17:20	クロール	田淵							

### 【※重要※】 日本大学三軒茶屋キャンパス 施設利用について

- ※ コロナウイルスの影響により施設の利用人数が「50名」までと大学側からの連絡がありました。  
大学内に入れるのは**インストラクターと受講者のみ**となります。  
**保護者・付き添いの方の校内への入館は出来ません**ので、何卒ご理解の程よろしくお願い致します。
- ※ 受講者は必ず朝に体温を計ってください。**37.5度以上**の方は受講を控えるようお願い致します。  
レッスン前に必ず担当クラスのインストラクターに報告をお願い致します。
- ※ うがい手洗い、マスクの着用をお願い致します。更衣室内での会話も厳禁をお願い致します。  
また、マスクはプールサイドまで着用してきてください。練習前に外すようにするので、外したマスクを入れる袋もご準備ください。  
(マスク・タオル等を袋に入れてプールサイドに置く形になりますので、大きめの袋の方が良いと思います。)
- ※ 受講者同士の練習道具(タオル・水着・キャップ・ゴーグル等)の貸し借りはご遠慮願います。
- ※ 必ずインストラクターの指示に従うようお願い致します。