

自分にウソのない努力が
自分を信じる力を与えてくれる

2022年 7月

7月は、これまでお世話になった3年生から1, 2年生にバトンが渡される月です。
3年生は、曳馬中水泳部をよりよくするために、後輩たちに引き継いでほしいことをぜひ伝えてください。
1, 2年生は、これまでの先輩が築き上げたよき伝統をしっかりと受け継ぎ、3年生が安心して引退できるように、練習に対する取り組みは当然ですが、あいさつや環境整備、準備、片づけにいたるまで自立していきましよう。それと同時に夏休みの練習に向けて基礎体力をつけていきましよう。

日	4	火	水	木	金	土
26 浜松地区大会 二日目 ToBiO 6:45集合	27 なし 家で体幹や筋力のトレーニングをやろう	28 放課後、学校のプールで練習 西部地区予選会へ出場する者は再度負荷をかけます その他の者は、市スポや新人大会を意識しながら練習に取り組みましよう。	29 6/30	6/30	1 8:30~ 学校のプールで練習	2
3 基本なし クラブでの練習の可能性あり。部活LINE確認	4 なし 家で体幹や筋力のトレーニングをやろう	5 放課後、学校のプールで練習 西部地区予選会へ出場する者は調整をするかもしれません その他の者は、市スポや新人大会を意識しながら練習に取り組みましよう。	6	7	8 西部地区大会 1日目 ToBiO 6:45集合	9
10 西部地区大会 2日目 ToBiO 6:45集合	11 なし 家で体幹や筋力のトレーニングをやろう	12 三者面談	13 三者面談	14 三者面談	15 三者面談	16 8:30~ 学校のプールで練習
17 基本なし クラブでの練習の可能性あり。部活LINE確認	18 三者面談 なし	19 三者面談 放課後、学校のプールで練習 県大会へ出場する者は再度、負荷をかけます。 その他の者は、市スポや新人大会を意識しながら練習に取り組みましよう。	20	21 再登校 14:00 学校のプールで練習	22 終業式	23 8:30~ 学校のプールで練習
24 基本なし クラブでの練習の可能性あり。部活LINE確認	25 県大会 選手以外は休み	26 県大会 選手以外は休み	27	28	29	30 夏休み中の練習予定は後日連絡します。

東海大会(静岡県) 8/9(火) **市民スポーツ祭 8/14(日)**
全国大会(宮城県) 8/17(水)~19(金) **浜松地区新人大会 9/3(土)、9/4(日)**