

スケジュール表（予定）※変更の可能性有り

	8月8日(金)	8月9日(土)	8月10日(日)	8月11日(月)
6:00		6:00 起床・体操	6:00 起床・体操	6:00 起床・体操
6:30	集合・出発 (甲南高校)	6:30 朝食	6:30 朝食	6:30 朝食
7:00		7:00 朝食	7:00 朝食	7:00 朝食
		7:30 移動	7:30 移動	7:30 移動
8:00		8:00 補強	8:00 補強	8:00 補強
9:00	9:00 練習会場到着 (パーソルアクアパーク宮崎) 9:30 補強	8:30~11:30 (3h)	8:30~11:30 (3h)	8:30~11:00 (2.5h)
10:00	10:00~12:00 (2.0h)	Swim 3	Swim 5	Swim 7
11:00	Swim 1			
12:00				昼食・休憩または学習
13:00	昼食・休憩または学習	昼食・休憩または学習	昼食・休憩または学習	13:00 補強
14:00		14:00 補強	14:00 補強	13:30~15:30(2.0h)
14:30	補強	14:30~17:30(3h)	14:30~17:30(3h)	Swim 8
15:00	15:00~17:30(2.5h)			
16:00	Swim 2	Swim 4	Swim 6	16:00 練習会場出発
17:00				
18:00				18:00 解散式 (甲南高校)
18:30	移動 夕食	18:30 移動 夕食	18:30 移動 夕食	
19:00				
20:00	ミーティング	20:00 ミーティング	20:00 ミーティング	
21:00	学習	学習	学習	
22:00	就寝準備	就寝準備	就寝準備	
22:30	消灯・就寝	22:30 消灯・就寝	22:30 消灯・就寝	
23:00				