

【活動計画】〔 水泳 〕部

◇ 年間目標

年間約 13 回の競技大会、夏合宿、オフシーズン等の具体的到達目標、個々の目標達成を目指して日々の練習に取り組む。

◇ 部員数

	男子	女子	合計
1 年	8	4	12
2 年	9	5	14
3 年	5	6	11
合計	22	15	37

◇ 活動日と活動場所

【活動日】 週 5 日

【休養日】 毎週 日曜日 と 月曜日

【活動時間】

(平日)2 時間

(土曜授業日)3 時間

(週休日等) 4 時間

【活動場所】7階プール

◇ 大会等の主な記録

◇ 今年度の参加予定大会

平成27年度	平成28年度	平成29年度	
			○都高校春季大会 (6月 9・10 日)
			○都高校選手権大会(6月 23・24 日)
			○16 高校水上競技大会(8 月 15/16 日)

◇ 年間(月別)活動計画

4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月
(週休日の活動日数) 4 日	(週休日の活動日数) 2 日	(週休日の活動日数) 0 日	(週休日の活動日数) 5 日	(週休日の活動日数) 4 日	(週休日の活動日数) 日
ジュニア記録会 プール掃除	ドルフィン合宿 (通い合宿)3 日 都ジュニア長水路	都ジュニア夏季 都高春季 都高選手権	小石川戦 JOCジュニア東京予選 夏季合宿(3泊4日)	十六高校水上競 技大会	都高校新人戦 都高校長水路
10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月
(週休日の活動日数) 日	(週休日の活動日数) 日	(週休日の活動日数) 日	(週休日の活動日数) 日	(週休日の活動日数) 日	(週休日の活動日数) 日
都秋季大会	明大記録会 秋季駒場記録 会		冬季駒場記録 会		