

3 月 カレンダー

2026年 (令和8年)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 17:00~19:00 泳力強化	4	5 17:00~19:00 スタミナ	6 17:00~19:00 泳法練習	7 13:00~15:00 泳法練習
8 マスタース大会	9	10 17:00~19:00 泳力強化	11	12 17:00~19:00 大会前調整	13 17:00~19:00 大会前調整	14 13:00~15:00 大会前調整
15 大会	16	17 17:00~19:00 泳力強化	18	19 17:00~19:00 スタミナ	20 練習無し	21 13:00~15:00 タイム測定
22	23	24 練習無し	25	26 練習無し	27 17:00~18:30 フリースイム+陸トレ	28 13:00~15:00 リレー大会
29	30	31 17:00~18:30 フリースイム+陸トレ	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11