

# 2025年度年間日程表

[スクール会員用]

スワ南スイミングクラブ

4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月					
1	火	1	木	1	日 ●休館日	1	火	1	金	1	月	1	水 ●	1	土	1	月	1	木 ●休館日	1	日 ●△★	1	日 ●△★				
2	水 ●	2	金	2	月 ↑	2	水 ●	2	土	2	火	2	木	2	日 ●休館日・記録会	2	火	2	金 ●休館日	2	月	2	月 ※2月分				
3	木	3	土 ●休館日	3	火   着衣泳	3	木 ↑	3	日 ●△★ /	3	水	3	金	3	月	3	水	3	土 ●休館日	3	火	3	火	3	火		
4	金	4	日 ●休館日	4	水 ↓	4	金   着衣泳	4	月   期	4	木 ●	4	土	4	火	4	木	4	日 ●△★	4	水	4	水	4	水		
5	土	5	月 ●休館日	5	木	5	土 ↓	5	火   教	5	金	5	日 ●△★	5	水	5	金	5	月	5	木	5	木	5	木		
6	日 ●△★	6	火 ●△	6	金	6	日 ●△★	6	水   室	6	土	6	月	6	木	6	土	6	火	6	金	6	金	6	金		
7	月	7	水	7	土	7	月	7	木 ↓	7	日 ●△★	7	火	7	金	7	日 ●△★	7	水	7	土 ●休館日	7	土 ●	7	土 ●		
8	火	8	木	8	日 ●△★	8	火	8	金	8	月	8	水	8	土	8	月	8	木	8	日 ●△	8	日 ●休館日	8	日 ●休館日		
9	水	9	金	9	月	9	水	9	土 ●休館日	9	火	9	木	9	日 ●△★	9	火	9	金	9	月	9	月	9	月		
10	木 ○	10	土	10	火 ●	10	木 ●	10	日 ●△	10	水	10	金	10	月 ○	10	水 ●	10	土	10	火 ●	10	火 ●	10	火 ●		
11	金	11	日 ●△★	11	水 ●休館日	11	金	11	月	11	木	11	土	11	火	11	木	11	日 ●△	11	水 ●△	11	水 ●△	11	水		
12	土	12	月	12	木	12	土	12	火	12	金 ●	12	日 ●休館日	12	水	12	金	12	月 ●△	12	木	12	木	12	木		
13	日 ●休館日	13	火	13	金 ○	13	日 ●△	13	水 ●休館日	13	土	13	月 ●△	13	木 ●	13	土	13	火	13	金	13	金	13	金		
14	月	14	水	14	土	14	月 ○	14	木 ●休館日	14	日 ●△	14	火	14	金	14	日 ●△	14	水	14	土	14	土	14	土		
15	火	15	木	15	日 ●△	15	火 ○	15	金 ●休館日	15	月 ●休館日	15	水	15	土	15	月	15	木	15	日 ●△	15	日 ●△ AFAS CUP	15	日 ●△ AFAS CUP		
16	水	16	金 ●	16	月	16	水	16	土 ●休館日	16	火 ○	16	木 ●	16	日 ●△	16	火	16	金	16	月	16	月	16	月		
17	木	17	土	17	火	17	木	17	日 ●△	17	水 ○	17	金 ○	17	月	17	水	17	土	17	火	17	火	17	火		
18	金 ○	18	日 ●△	18	水	18	金	18	月	18	木	18	土 ○	18	火 ○	18	木 ○	18	日 ●△	18	水	18	水 ○	18	水 ○		
19	土 ○	19	月 ○	19	木 ○	19	土	19	火	19	金	19	日 ●△	19	水 ○	19	金 ○	19	月 ○	19	木 ○	19	木 ○	19	木		
20	日 ●△泳力	20	火 ○泳力	20	金 ●泳力	20	日 ●△泳力	20	水 泳力	20	土 泳力	20	月 泳力	20	木 泳力	20	土 ○泳力	20	火 ○泳力	20	金 ○泳力	20	日 ●△泳力	20	日 ●△泳力	20	日 ●△泳力
21	月	21	水 ○	21	土 ○	21	月	21	木 ○	21	日 ●△	21	火	21	金	21	日 ●△	21	水 ○	21	土 ○	21	土 ○	21	土	21	土
22	火	22	木	22	日 ●△	22	火	22	金 ○	22	月 ○	22	水	22	土	22	月	22	木	22	日 ●休館日	22	日 ●休館日	22	日 ●休館日		
23	水	23	金	23	月	23	水 ○	23	土 ○	23	火 ●△	23	木 ○	23	日 ●休館日	23	火 ●	23	金 ●	23	月 ●△	23	月 ●△	23	月 ○	23	月 ○
24	木 ●	24	土	24	火	24	木	24	日 ●△	24	水	24	金	24	月 ●△	24	水	24	土	24	火	24	火 ○ ↑	24	火 ○ ↑		
25	金	25	日 ●△	25	水	25	金	25	月	25	木	25	土	25	火	25	木	25	日 ●△	25	水	25	水	25	水   春		
26	土	26	月	26	木	26	土 ●	26	火	26	金	26	日 ●休館日	26	水	26	金	26	月	26	木	26	木	26	木   短		
27	日 ●休館日	27	火	27	金	27	日 ●△	27	水	27	土	27	月	27	木	27	土	27	火	27	金	27	金	27	金   期		
28	月	28	水	28	土	28	月 ●休館日	28	木	28	日 ●休館日	28	火	28	金	28	日 ●△	28	水	28	土	28	土	28	土   教		
29	火 ●△	29	木 ●	29	日 ●△	29	火 ●休館日	29	金	29	月	29	水	29	土 ●	29	月 ●休館日	29	木	29	/ /	29	/ /	29	日 ●△ /	29	日 ●△ /
30	水	30	金	30	月 ※7月分	30	水	30	土	30	火	30	木	30	日 ●△	30	火 ●休館日	30	金	30	/ /	30	/ /	30	/ /	30	月   室
/ /	/ /	31	土	/ /	31	木 ↑	31	日 ●△	/ /	/ /	31	金 ●	/ /	/ /	31	水 ●休館日	31	土	/ /	/ /	/ /	/ /	31	火 ↓			

●…教室休み ○…進級テスト ★…会員サービスデー 泳力…SC協会泳力認定締切日 △…日曜日及び特殊日の営業時間(AM10:30~PM4:45)

[<https://afas.jp>]

◎県SC春季BC級大会 13日:岡谷市民プール	◎春季県SC大会 11日:FLAT	◎県マスターズ大会 1日:岡谷市民プール	◎スキューバダイビング(7月中) ◎クラブ海水浴 (28~29日)	《夏季短期教室》 (7月31~8月7日) ※3日を除く7日間	◎県SC秋季BC級大会 14日:岡谷市民プール	◎秋季県SC大会 16日:FLAT	◎記録会(2日)	◎信越マスターズ大会 30日:長岡市DPF	◎秋季岡谷室内大会 28日:岡谷市民プール	◎県スプリント大会 19日:	◎消灯訓練月	◎スキューダイビング (1月中)	◎新年フェスティバル 11日:FLAT	◎県春季室内大会 7・8日:FLAT	◎2日は月分の練習日 《春季短期教室》 (24~31日) ※29を除く7日間	◎AFAS SWIMMING CUP 15日:AFASスワ
[ベスト10種目] 平泳ぎ	[ベスト10種目] バタフライ	[ベスト10種目] バタフライ	[ベスト10種目] クロール	[ベスト10種目] クロール	[ベスト10種目] 背泳ぎ	[ベスト10種目] 背泳ぎ	[ベスト10種目] クロール	[ベスト10種目] クロール	[ベスト10種目] 背泳ぎ	[ベスト10種目] 背泳ぎ	[ベスト10種目] 背泳ぎ	[ベスト10種目] 背泳ぎ	[ベスト10種目] 背泳ぎ	[ベスト10種目] 背泳ぎ	[ベスト10種目] 平泳ぎ	[ベスト10種目] 平泳ぎ

# 2025年度年間日程表



A F A S スワ南

〔施設会員用〕

4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月			
1	火	1	木	1	日 ●休館日	1	火	1	金 ◆ 夏	1	月	1	水 ●	1	土	1	月	1	木 ●休館日	1	日 ●△★	1	日 ●△★		
2	水 ●	2	金	2	月	2	水 ●	2	土 ◆ 短	2	火	2	木	2	日 ●休館日	2	火	2	金 ●休館日	2	月	2	月	2	月
3	木	3	土 ●休館日	3	火	3	木	3	日 ●△★ /	3	水	3	金	3	月	3	水	3	土 ●休館日	3	火	3	火	3	火
4	金	4	日 ●休館日	4	水	4	金	4	月 ◆ 期	4	木 ●	4	土	4	火	4	木	4	日 ●△★	4	日 ●△★	4	水	4	水
5	土	5	月 ●休館日	5	木	5	土	5	火 ◆ 教	5	金	5	日 ●△★	5	水	5	金	5	月	5	月	5	木	5	木
6	日 ●△★	6	火 ●△	6	金	6	日 ●△★	6	水 ◆ 室	6	土	6	月	6	木	6	土	6	火	6	火	6	金	6	金
7	月	7	水	7	土	7	月	7	木 ◆ ↓	7	日 ●△★	7	火	7	金	7	日 ●△★	7	水	7	土 ●休館日	7	土 ●	7	土 ●
8	火	8	木	8	日 ●△★	8	火	8	金	8	月	8	水	8	土	8	月	8	木	8	日 ●△	8	日 ●休館日	8	日 ●休館日
9	水	9	金	9	月	9	水	9	土 ●休館日	9	火	9	木	9	日 ●△★	9	火	9	金	9	月	9	月	9	月
10	木	10	土	10	火 ●	10	木 ●	10	日 ●△	10	水	10	金 ●	10	日 ●休館日	10	水 ●	10	土	10	土	10	火 ●	10	火 ●
11	金	11	日 ●△★	11	水 ●休館日	11	金	11	月	11	木	11	土	11	火	11	日 ●△★	11	木	11	日 ●△	11	水 ●△	11	水
12	土	12	月	12	木	12	土	12	火	12	金 ●	12	日 ●休館日	12	水	12	金	12	月 ●△	12	月 ●△	12	木	12	木
13	日 ●休館日	13	火	13	金	13	日 ●△	13	水 ●休館日	13	土	13	日 ●△	13	月 ●△	13	木 ●	13	土	13	火	13	金	13	金
14	月	14	水	14	土	14	月	14	木 ●休館日	14	日 ●△	14	火	14	金	14	土	14	日 ●△	14	水	14	土	14	土
15	火	15	木	15	日 ●△	15	火	15	金 ●休館日	15	月 ●休館日	15	水	15	土	15	日 ●△★	15	月	15	木	15	日 ●△	15	日 ●△
16	水	16	金 ●	16	月	16	水	16	土 ●休館日	16	火	16	木 ●	16	日 ●△	16	火	16	金	16	月	16	月	16	月
17	木	17	土	17	火	17	木	17	日 ●△	17	水	17	金	17	月	17	土	17	水	17	土	17	火	17	火
18	金	18	日 ●△	18	水	18	金	18	月	18	木	18	土	18	火	18	日 ●△	18	木	18	日 ●△	18	水	18	水
19	土	19	月	19	木	19	土	19	火	19	金	19	日 ●△	19	水	19	金	19	月	19	月	19	木	19	木
20	日 ●△	20	火	20	金 ●	20	日 ●△	20	水	20	土	20	月	20	木	20	土	20	火	20	火	20	金	20	金 ●△
21	月	21	水	21	土	21	月	21	木	21	日 ●△	21	火	21	金	21	日 ●△	21	水	21	水	21	土	21	土
22	火	22	木	22	日 ●△	22	火	22	金	22	月	22	水	22	土	22	月	22	木	22	木	22	日 ●休館日	22	日 ●休館日
23	水	23	金	23	月	23	水	23	土	23	火 ●△	23	木	23	日 ●休館日	23	火 ●	23	金 ●	23	金 ●	23	月 ●△	23	月
24	木 ●	24	土	24	火	24	木	24	日 ●△	24	水	24	金	24	月 ●△	24	水	24	土	24	土	24	火	24	火 ◆ ↑
25	金	25	日 ●△	25	水	25	金	25	月	25	木	25	土	25	火	25	木	25	日 ●△	25	日 ●△	25	水	25	水 ◆ 春
26	土	26	月	26	木	26	土 ●	26	火	26	金	26	日 ●休館日	26	水	26	金	26	月	26	月	26	木	26	木 ◆ 短
27	日 ●休館日	27	火	27	金	27	日 ●△	27	水	27	土	27	月	27	木	27	土	27	火	27	火	27	金	27	金 ◆ 期
28	月	28	水	28	土	28	月 ●休館日	28	木	28	日 ●休館日	28	火	28	金	28	日 ●△	28	水	28	水	28	土	28	土 ◆ 教
29	火 ●△	29	木 ●	29	日 ●△	29	火 ●休館日	29	金	29	月	29	水	29	土 ●	29	月 ●休館日	29	木	29	木	29	/ /	29	日 ●△ /
30	水	30	金	30	月	30	水	30	土	30	火	30	木	30	日 ●△	30	火 ●休館日	30	金	30	金	30	/ /	30	月 ◆ 室
/ /	/ /	31	土	/ /	/ /	31	木 ◆ ↑	31	日 ●△	/ /	/ /	31	金 ●	/ /	/ /	31	水 ●休館日	31	土	/ /	/ /	31	火 ◆ ↓		
		【防災訓練月】 ご協力下さい。		◎県マスターズ大会 1日：岡谷市民プール				《夏季短期教室》 (7/31~8/7日) ※3日を除く7日間 ◎ちのどんぼん(9日)				◎記録会(2日) ◎信越マスターズ大会 30日：長岡市DPF		【消灯訓練月】 ご協力下さい。		◎SC協会 全国 長距離通信記録会		◎SC協会 全国 長距離通信記録会				《春季短期教室》 (24日~31日) ※29を除く7日間			

〔平日の営業時間〕 AM10:00~PM 9:40 〔土曜の営業時間〕 AM10:00~PM 8:00

〔日曜の営業時間〕 AM10:30~PM 4:45

※休館日は地区行事等のためAFAS各施設により異なりますので、利用の際にはご確認下さい。

※日程はホームページでも確認できます。[<https://afas.jp>]

**施設利用時間**

◎プール・トレーニングルーム…PM9:30まで(土曜 PM7:45まで・日曜 PM4:30まで)  
◎サウナ・風呂 …PM9:30まで(土曜 PM7:45まで・日曜 PM4:30まで)  
◎フロントチェックアウト …PM9:40まで(土曜 PM8:00まで・日曜 PM4:45まで)

●…スタジオ・プールフリーレッスン休み ★…会員サービスデー △…日曜及び特殊日の営業時間(AM10:30~PM4:45) ◆…短期教室期間のため午前中のフリーレッスン(プール)休み