

2017年8月度 練習日程予定表

基本練習時間	月	19:00-21:00	休養日	17:20-19:00	休養日	16:20-17:20
	火	19:00-21:00	18:30-20:30	休養日	17:20-19:00	16:20-17:20
	水	18:30-20:00	18:30-20:00	17:20-18:30	休養日	休養日
	木	休養日	18:30-20:30	休養日	17:20-19:00	休養日
	金	19:00-21:00	18:30-20:30	17:20-19:00	17:20-19:00	16:20-17:20
	土	6:30- 8:00	8:00- 9:30	休養日	8:00- 9:30	14:20-15:20
	日	5:30- 7:30	7:30- 9:30	7:30- 9:30	休養日	休養日

予定	選手A	選手C	研修1	研修2	育成
----	-----	-----	-----	-----	----

日	曜日	内容	選手A	選手C	研修1	研修2	育成
1	火	IH合宿	○	○	休	○	○
2	水	IM合宿	○	○	○	休	休
3	木		休	○	休	○	休
4	金		○	○	○	○	○
5	土		6:00-7:30	6:00-7:30	休	休	○
6	日		○	6:00-7:30	16:30-18:00	16:30-18:00	休
7	月		○	休	○	休	○
8	火	JO合宿 関東中学	○	○	休	○	○
9	水		○	○	○	休	休
10	木		休	○	休	○	休
11	金		7:00-9:30 13:00-15:30	9:30-11:30	9:30-11:30	9:30-11:30	9:30-10:30
12	土		○	○	休	○	○
13	日	JBA合宿	7:00-9:30 13:00-15:30	9:30-11:30	9:30-11:30	9:30-11:30	9:30-10:30
14	月		7:00-9:30 13:00-15:30	9:30-11:30	9:30-11:30	9:30-11:30	休
15	火		7:00-9:30 13:00-15:30	9:30-11:30	9:30-11:30	9:30-11:30	休
16	水		○	○	○	休	休
17	木	IH IM	休	○	休	○	休
18	金		○	○	○	○	○
19	土		6:00-7:30	6:00-7:30	休	休	○
20	日		○	6:00-7:30	16:30-18:00	16:30-18:00	休
21	月		○	休	○	休	○
22	火	JO	○	○	休	○	○
23	水		○	○	○	休	休
24	木		休	○	休	○	休
25	金		○	○	○	○	○
26	土		6:00-7:30	6:00-7:30	休	休	○
27	日		○	6:00-7:30	16:30-18:00	16:30-18:00	休
28	月		○	休	○	休	○
29	火		7:00-9:00	7:00-9:00	研修・育成記録会 (9:00-11:00)		
30	水		休	休	休	休	休
31	木		休	休	休	休	休

※研修・育成記録会についての詳細は後日掲示板に張り出しを行います。