

## 2019年8月 選手・研修・育成クラス 練習予定表

クラス	選手								研修		育成	備考	
	Aクラス 川上(増川/柳井)		Bクラス 山崎(新井)		Cクラス 原		Dクラス 川又		Bクラス	Aクラス	A-2		
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	A-4	A-3	A-2		
1	木		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
2	金		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
3	土	5:30-7:00		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		OFF	IH・全中合宿
4	日	6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		OFF	OFF	OFF	IH・全中合宿
5	月	6:00-8:00	18:40-20:30		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	IH・全中合宿
6	火		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	IH・全中合宿
7	水	OFF	OFF	OFF	OFF		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	OFF	OFF	IH・全中合宿 関東中学(群馬)
8	木		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	IH・全中合宿 関東中学(群馬)
9	金		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	IH・全中合宿 関東中学(群馬)
10	土	5:30-7:00		5:30-7:00		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		OFF	IH・全中合宿
11	日	7:00-9:00	13:00-15:00	7:00-9:00	13:00-15:00	9:00-11:00		9:00-11:00		OFF	OFF	OFF	IH・全中合宿 JBA合宿
12	月	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	JBA合宿
13	火	7:00-9:00	13:00-15:00	7:00-9:00	13:00-15:00	9:00-11:00		9:00-11:00		OFF	OFF	OFF	JBA合宿 JO合宿
14	水	7:00-9:00	12:00-14:00	7:00-9:00	12:00-14:00	8:00-10:00	13:00-15:00	8:00-10:00	13:00-15:00	10:30-11:30			JO合宿
15	木	7:00-9:00	12:00-14:00	7:00-9:00	12:00-14:00	8:00-10:00	OFF	8:00-10:00	OFF	10:30-11:30			JO合宿
16	金		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	JO合宿
17	土	5:30-7:00		5:30-7:00		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		OFF	JO合宿 全国中学(京都) インターハイ(熊本)
18	日	6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		OFF	OFF	OFF	JO合宿 全国中学(京都) インターハイ(熊本)
19	月	6:00-8:00	18:40-20:30		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	全国中学(京都) インターハイ(熊本)
20	火		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
21	水	OFF	OFF	OFF	OFF		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	OFF	OFF	JO前日練習
22	木		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	17:30-18:30	15:10-16:10	JOC夏季大会(辰巳)
23	金		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	17:30-18:30	15:10-16:10	JOC夏季大会(辰巳)
24	土	6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		OFF	OFF	OFF	JOC夏季大会(辰巳)
25	日	6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		OFF	OFF	OFF	JOC夏季大会(辰巳)
26	月		18:40-20:30		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF	17:30-19:00	17:30-18:30	15:10-16:10	JOC夏季大会(辰巳)
27	火		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
28	水	6:00-8:00	OFF	OFF	OFF	7:00-9:00	OFF	7:00-9:00	OFF	17:30-19:00	OFF	OFF	
29	木	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	ブルメンテナス
30	金	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	ブルメンテナス
31	土	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	ブルメンテナス

※研修A,B・育成クラスの月末や祝日の特別時間練習日のバス運行はございませんのでご注意ください。

※練習時間に関するお問い合わせは、男子コーチへご連絡をお願い致します。

※練習時間に変更がある場合は、連絡網を通じてご連絡させていただきます。

※スクール内での飲食は禁止となっています。またお菓子の持ち込みも禁止となっております。

**※11・13日は多摩校で練習となります。**