

2025年 10月

選手練習スケジュール

基本練習時間	曜 日	後藤	佐藤	長村	天沼	研修クラス	育成(A-3)	育成(A-2)
	月曜日	18:30～20:10	18:30～20:10	18:30～20:10	OFF	17:20～18:30	16:20～17:30	15:20～16:30
	火曜日	OFF	18:30～20:30	18:30～20:30	18:30～20:30	17:20～19:00	16:20～17:30	15:20～16:30
	水曜日	18:30～20:10	18:30～20:10	18:30～20:10	18:30～20:10	17:20～18:30	16:20～17:30	15:20～16:30
	木曜日	18:30～20:30	18:30～20:30	OFF	18:30～20:30	17:20～19:00	16:20～17:30	15:20～16:30
	金曜日	18:30～20:30	OFF	18:30～20:30	18:30～20:30	17:20～18:30	16:20～17:30	15:20～16:30
	土曜日	7:00～9:00	7:00～9:00	7:00～9:00	7:00～9:00	OFF	OFF	OFF
	日曜日	7:00～9:00	7:00～9:00	7:00～9:00	7:00～9:00	OFF	OFF	OFF

1	水		○	○	○	○	○	○
2	木		○	○	OFF	○	○	○
3	金		18:30～19:30	OFF	18:30～20:00	○	○	○
4	土	ジュニア短水路記録会	試合	試合	試合	試合	OFF	OFF
5	日	ジュニア短水路記録会	試合	試合	試合	試合	OFF	OFF
6	月		○	○	○	OFF	○	○
7	火		OFF	○	○	○	○	○
8	水		○	○	○	○	○	○
9	木		○	○	OFF	○	○	○
10	金		○	OFF	○	○	○	○
11	土		○	○	○	OFF	OFF	OFF
12	日		6:00～8:00	○	○	○	OFF	OFF
13	月	休校日	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF
14	火		OFF	○	○	○	○	○
15	水		○	○	○	長村クラス合同	OFF	OFF
16	木		○	○	OFF	○	○	○
17	金		○	OFF	○	○	○	○
18	土		6:00～8:00	6:00～8:00	6:00～8:00	長村クラス合同	OFF	OFF
19	日		6:00～8:00	○	○	長村クラス合同	OFF	OFF
20	月		○	○	○	OFF	○	○
21	火		OFF	○	○	○	○	○
22	水		○	○	○	○	○	○
23	木		○	○	○	○	○	○
24	金		○	OFF	○	○	○	○
25	土		○	○	○	○	OFF	OFF
26	日		6:00～8:00	○	○	○	OFF	OFF
27	月		○	○	○	OFF	○	○
28	火		OFF	○	○	○	○	○
29	水	休校日	○	○	○	○	17:00～18:00	17:00～18:00
30	木	休校日/東スイ招待	○	○	OFF	○	17:00～18:00	17:00～18:00
31	金	休校日/東スイ招待	○	OFF	○	○	17:30～18:30	17:30～18:30
