

2025年 7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          | 河野          | 研修クラス       | 育成(A-3)     | 育成(A-2)     |
|--------|-----|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
|        | 月曜日 | 18:30～20:30 | 18:30～20:30 | 18:30～20:30 | 18:30～20:30 | 17:20～18:30 | 16:20～17:30 | 15:20～16:30 |
|        | 火曜日 | OFF         | 18:30～20:30 | 18:30～20:30 | OFF         | 17:20～19:00 | 16:20～17:30 | 15:20～16:30 |
|        | 水曜日 | 18:30～20:30 | 18:30～20:30 | 18:30～20:30 | 18:30～20:30 | 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   | 7:00～8:00   | 7:00～9:00   | 7:00～9:00   | OFF         | OFF         | OFF         |
|        | 日曜日 | 7:00～9:00   | 7:00～8:00   | 7:00～9:00   | 7:00～9:00   | OFF         | OFF         | OFF         |

|    |   |        |               |           |             |           |     |     |     |
|----|---|--------|---------------|-----------|-------------|-----------|-----|-----|-----|
| 1  | 火 |        | OFF           | ○         | ○           | OFF       | ○   | ○   | ○   |
| 2  | 水 |        | ○             | ○         | ○           | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 3  | 木 |        | ○             | ○         | OFF         | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 4  | 金 |        | 18:30～19:30   | OFF       | ○           | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 5  | 土 | 西部夏季公認 | 試合            | 試合        | 6:00～8:00   | 6:30～8:00 | OFF | OFF | OFF |
| 6  | 日 | ↓      | 6:00～8:00     | 試合        | 試合          | 未定        | OFF | OFF | OFF |
| 7  | 月 |        | ○             | ○         | ○           | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 8  | 火 |        | OFF           | ○         | ○           | OFF       | ○   | ○   | ○   |
| 9  | 水 |        | ○             | ○         | ○           | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 10 | 木 |        | ○             | ○         | OFF         | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 11 | 金 |        | ○             | OFF       | 18:30～19:30 | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 12 | 土 | 都中学    | 6:00～8:00     | 6:00～8:00 | 試合          | 6:30～8:00 | OFF | OFF | OFF |
| 13 | 日 | ↓      | 6:00～8:00     | 6:00～8:00 | 試合          | 未定        | OFF | OFF | OFF |
| 14 | 月 |        | ○             | ○         | ○           | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 15 | 火 |        | OFF           | ○         | ○           | OFF       | ○   | ○   | ○   |
| 16 | 水 |        | ○             | ○         | ○           | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 17 | 木 |        | ○             | ○         | OFF         | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 18 | 金 |        | ○             | OFF       | ○           | 試合        | ○   | ○   | ○   |
| 19 | 土 | 関東高校   | 6:00～8:00     | 6:00～8:00 | 6:00～8:00   | 試合        | OFF | OFF | OFF |
| 20 | 日 | ↓      | 6:00～8:00     | 6:00～8:00 | 未定          | 試合        | OFF | OFF | OFF |
| 21 | 月 | ↓      | 7:00～9:00     | 7:00～9:00 | 未定          | 試合        | OFF | OFF | OFF |
| 22 | 火 |        | OFF           | ○         | ○           | OFF       | ○   | ○   | ○   |
| 23 | 水 |        | ○             | ○         | ○           | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 24 | 木 |        | ○             | ○         | OFF         | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 25 | 金 |        | 18:30～19:30/○ | OFF       | 18:30～19:30 | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 26 | 土 | JO予選   | 試合/OFF        | 試合/OFF    | 試合          | 試合        | OFF | OFF | OFF |
| 27 | 日 | ↓      | 試合/OFF        | 試合/OFF    | 試合          | 試合        | OFF | OFF | OFF |
| 28 | 月 |        | ○             | ○         | ○           | ○         | ○   | ○   | ○   |
| 29 | 火 |        | OFF           | 6:00～8:00 | 6:00～8:00   | OFF       | OFF | OFF | OFF |
| 30 | 水 |        | 6:30～8:00     | 6:00～8:00 | 6:00～8:00   | 6:30～8:00 | OFF | OFF | OFF |
| 31 | 木 |        | 6:30～8:00     | 6:00～8:00 | OFF         | 6:30～8:00 | OFF | OFF | OFF |

|  |
|--|
|  |
|--|