

2014年1月度 練習日程予定表

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

予定	選手A	選手B	選手C	選手D	育成1	育成2	育成3	育成4
----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

1	水		休	休	休	休	休	休	休
2	木		休	休	休	休	休	休	休
3	金	16:00~18:00	16:00~18:00	16:00~18:00	16:00~18:00	休	休	休	休
4	土	○	○	○	○	○	○	○	○
5	日	○	○	○	○	○	○	休	休
6	月	○	○	休	○	○	休	○	○
7	火	○	○	○	休	休	○	○	休
8	水	○	○	○	○	○	休	○	○
9	木	休	○	○	○	○	○	休	○
10	金	○	休	○	○	休	○	○	○
11	土	○	○	○	○	○	○	○	○
12	日	○	○	○	○	○	○	休	休
13	月	8:00~10:00	8:00~10:00	休	8:00~10:00	休	休	休	休
14	火	○	○	○	休	休	○	○	休
15	水	○	○	○	○	○	休	○	○
16	木	休	○	○	○	○	○	休	○
17	金	○	休	○	○	休	○	○	○
18	土	新春(辰巳)	試合/8:00~9:30	試合/8:00~9:30	試合/○	試合/○	試合/○	試合/○	○
19	日	新春(辰巳)	試合/7:30~9:30	試合/7:30~9:30	試合/○	試合/○	試合/○	試合	休
20	月		○	○	休	○	○	休	○
21	火		○	○	○	休	休	○	○
22	水		○	○	○	○	○	休	○
23	木		休	○	○	○	○	○	休
24	金		○	休	○	○	休	○	○
25	土	東京都選手権	○	○	○	○	○	○	○
26	日	東京都選手権	○	○	○	○	○	○	休
27	月		○	○	休	○	○	休	○
28	火		○	○	○	休	休	○	○
29	水		○	○	○	○	休	休	休
30	木		休	○	○	○	休	休	休
31	金	全社員研修会のため	休	休	休	休	休	休	休