2014年7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	研修1	研修2	研修3	研修4
----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

1	火		○	○	○	休	休	○	○	休
2	水		○	○	○	○	○	休	○	○
3	木		休	○	○	○	○	○	休	○
4	金		○	休	○	○	休	○	○	○
5	土		○	○	○	○	○	○	○	○
6	日		○	○	○	○	○	○	休	休
7	月		○	○	休	○	○	休	○	○
8	火		○	○	○	休	休	○	○	休
9	水		○	○	○	○	○	休	○	○
10	木		休	○	○	○	○	○	休	○
11	金		○	休	○	○	休	○	○	○
12	土		○	○	○	○	○	○	○	○
13	日		○	○	○	○	○	○	休	休
14	月		○	○	休	○	○	休	○	○
15	火		○	○	○	休	休	○	○	休
16	水		○	○	○	○	○	休	○	○
17	木		休	○	○	○	○	○	休	○
18	金		○	休	○	○	休	○	○	○
19	土	都中学	8:00-9:30	8:00-9:30	○	○	○	○	○	○
20	日	都中学	7:30-9:30	7:30-9:30	○	○	○	○	休	休
21	月	西部公認	8:00-10:00	8:00-10:00	8:00-10:00	8:00-10:00	試合	試合	試合	休
22	火		○	○	○	休	休	○	○	休
23	水		○	○	○	○	○	休	○	○
24	木		休	○	○	○	○	○	休	○
25	金		○	休	○	○	休	○	○	○
26	土	JO予選	試合	試合	試合	試合	○	○	○	○
27	日	JO予選	試合	試合	試合	試合	○	○	休	休
28	月		○	○	休	○	○	休	○	○
29	火		6:30-8:15	6:30-8:15	6:30-8:15	休	休	16:00-17:30	16:00-17:30	休
30	水		6:30-8:15	6:30-8:15	6:30-8:15	6:30-8:15	16:00-17:30	休	16:00-17:30	休
31	木		休	6:30-8:15	6:30-8:15	6:30-8:15	16:00-17:30	16:00-17:30	休	休