

2014年8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	金		○	休	○	○	休	○	○	○
2	土		6:00-7:45	6:00-7:45	6:00-7:45	6:00-7:45	休	休	○	○
3	日		○	○	○	○	○	○	休	休
4	月		○	○	休	○	○	休	○	○
5	火		○	○	○	休	休	○	○	休
6	水		○	○	○	○	○	休	○	○
7	木		休	○	○	○	○	○	休	○
8	金		○	休	○	○	休	○	○	○
9	土		○	○	○	○	○	○	○	○
10	日		○	○	○	○	○	○	休	休
11	月		○	○	休	○	○	休	○	○
12	火		○	○	○	休	休	○	○	休
13	水	休校日	8:00-10:00 14:00-16:00	8:00-10:00 14:00-16:00	10:00-12:00	10:00-12:00	10:00-12:00	10:00-12:00	休	休
14	木	休校日							休	休
15	金	休校日							休	休
16	土		休	休	○	○	○	○	○	休
17	日		○	○	○	○	○	○	休	休
18	月		○	○	休	○	○	休	○	○
19	火		○	○	○	休	休	○	○	休
20	水		○	○	○	○	○	休	○	○
21	木	全中	休	○	○	○	○	○	休	○
22	金	全中	○	休	○	○	休	○	○	○
23	土	全中	6:00-7:45	6:00-7:45	6:00-7:45	6:00-7:45	休	休	○	○
24	日		○	○	○	○	○	○	休	休
25	月		○	○	休	○	○	休	○	○
26	火	夏季JO	○	○	○	休	休	○	○	休
27	水	夏季JO	○	○	○	○	○	休	○	○
28	木	夏季JO	休	休	○	○	○	○	休	○
29	金	夏季JO	9:30-11:00	9:30-11:00	8:00-9:30	8:00-9:30	8:00-9:30	8:00-9:30	9:30-11:00	休
30	土	夏季JO	9:30-11:00	9:30-11:00	8:00-9:30	8:00-9:30	8:00-9:30	8:00-9:30	9:30-11:00	休
31	日	JSCA	試合	試合	試合	試合	試合	試合	試合	休

通常時から練習日程や時間に変更がある箇所は、赤字で記載をしています。