

2018年8月度 練習日程予定表

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

| | | 予定 | 選手A | 選手C | 研修1 | 研修2 | 育成 |
|----|---|-----------|--------------------------|---------------------------|----------------|---------------|------------|
| 1 | 水 | | ○ | ○ | ○ | (17:20-18:20) | 休 |
| 2 | 木 | 全中合宿 | 休 | ○ | (18:30-20:30) | ○ | 休 |
| 3 | 金 | ↓ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 4 | 土 | ↓ | 6:00-7:30 | 6:00-7:30 | 休 | 休 | ○ |
| 5 | 日 | ↓ | ○ | 6:00-7:30 | 休 | 休 | 休 |
| 6 | 月 | ↓ | ○ | 休 | ○ | 休 | ○ |
| 7 | 火 | ↓ | ○ | ○ | 休 | ○ | ○ |
| 8 | 水 | JO合宿 関東中学 | ○ | ○ | ○ | (17:20-18:20) | 休 |
| 9 | 木 | ↓ ↓ | 休 | ○ | (18:30-20:30) | ○ | 休 |
| 10 | 金 | ↓ ↓ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 11 | 土 | ↓ | 7:30-9:30 | 9:30-11:00 | 9:30-11:00 | 9:30-11:00 | 9:30-11:00 |
| 12 | 日 | ↓ | 5:30-7:30 16:30-18:30 | ○ | ○ | 休 | 休 |
| 13 | 月 | ↓ JBA合宿 | 7:00-9:00 13:00-15:00 | 9:30-11:00 15:30-17:30 | 15:30-17:30 | 9:30-11:00 | 9:30-11:00 |
| 14 | 火 | ↓ | 7:00-9:00 13:00-15:00 | 9:30-11:00 15:30-17:30 | 15:30-17:30 | 9:30-11:00 | 9:30-11:00 |
| 15 | 水 | ↓ | 7:00-9:00 13:00-15:00 | 9:30-11:00 15:30-17:30 | 15:30-17:30 | 9:30-11:00 | 休 |
| 16 | 木 | | 休 | ○ | (18:30-20:30) | ○ | 休 |
| 17 | 金 | IH IM | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 18 | 土 | ↓ ↓ | 6:00-7:30 | 6:00-7:30 | 休 | 休 | ○ |
| 19 | 日 | ↓ ↓ | ○ | 16:30-18:00 | 16:30-18:00 | 16:30-18:00 | 休 |
| 20 | 月 | ↓ | ○ | 休 | ○ | 休 | ○ |
| 21 | 火 | | ○ | ○ | 休 | ○ | 休 |
| 22 | 水 | 夏季JO | ○ | ○ | ○ | (17:20-18:20) | 休 |
| 23 | 木 | ↓ | 休 | ○ | (18:30-20:30) | ○ | 休 |
| 24 | 金 | ↓ | ○ | ○ | 休 | ○ | 休 |
| 25 | 土 | ↓ | 6:00-7:30 | 6:00-7:30 | 休 | 休 | ○ |
| 26 | 日 | ↓ | ○ | 16:30-18:00 | 16:30-18:00 | 16:30-18:00 | 休 |
| 27 | 月 | | ○ | 休 | ○ | 休 | ○ |
| 28 | 火 | | ○ | ○ | 休 | ○ | ○ |
| 29 | 水 | | 7:00-9:00 | 7:00-9:00 | 研修・育成記録会(9:00- | | |
| 30 | 木 | | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 |
| 31 | 金 | | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 |
| 1 | 土 | | 6:00-7:30 | 6:00-7:30 | 休 | 休 | ○ |
| 2 | 日 | | ○ | 6:00-7:30 | 休 | 休 | 休 |

研修1の木曜日の練習について…選手Cと合同で行い、参加は自由です。

研修2の水曜日の練習について…研修1と合同で行い、参加は自由です。(7月・8月)