

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)	○
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)