

## 2019年9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	18:30-20:00	17:20-19:00	休養日
	金	19:00-21:00	18:30-20:30	休養日	17:20-19:00	16:20-17:20
	土	6:30- 8:00	8:00- 9:30	休養日	8:00- 9:30	8:00-9:30
	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	日		○	○	○	休	休
2	月		○	休	○	休	○
3	火		○	○	休	○	○
4	水		○	○	○	(17:20-18:20)	休
5	木		休	○	○	○	休
6	金		○	○	休	○	○
7	土		6:00-7:30	6:00-7:30	休	休	休
8	日		○	6:00-7:30	休	休	休
9	月		○	休	○	休	○
10	火		○	○	休	○	○
11	水		○	○	○	(17:20-18:20)	休
12	木		休	○	○	○	休
13	金		○	○	休	○	○
14	土	中学学年別	○	○	(8:00-9:30)	○	○
15	日	中学学年別	○	○	○	休	休
16	月	小学生学年別	7:00-9:00	休	9:00-10:30	休	9:00-10:30
17	火		○	○	休	○	○
18	水		○	○	○	休	休
19	木		休	○	○	○	休
20	金		○	○	休	○	○
21	土	高校新人	○	○	(8:00-9:30)	○	○
22	日	高校新人 TA(昭和の森)	○	○	試合	試合	試合
23	月		○	休	○	休	○
24	火		○	○	休	○	○
25	水		○	○	○	休	休
26	木		休	○	○	○	休
27	金		○	○	休	○	○
28	土	高等学校長水路	○	○	(8:00-9:30)	○	○
29	日		○	○	○	休	7:30-9:00
30	月		休	休	休	休	休