

## 2017年11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
----	-----	-----	-----	-----	----

No.	曜日	内容	選手A	選手C	研修1	研修2	育成
1	水		○	○	○	休	休
2	木		休	○	休	○	休
3	金	合同記録会	6:00-8:00	6:30-8:00	休	休	休
4	土	東京都秋季	7:30-9:30	試合	8:00-9:30	8:00-9:30	○
5	日	東京都秋季	7:30-9:30	試合	試合	試合	休
6	月		○	休	○	休	○
7	火		○	○	休	○	○
8	水		○	○	○	休	休
9	木		休	○	休	○	休
10	金		○	○	○	○	○
11	土		6:00-7:30	6:00-7:30	休	休	○
12	日		○	7:30-9:30 16:30-18:00	○	16:30-18:00	休
13	月		○	休	○	休	○
14	火		○	○	休	○	○
15	水		○	○	○	休	休
16	木		休	○	休	○	休
17	金		○	○	○	○	○
18	土		○	○	休	○	○
19	日		○	○	○	休	休
20	月		○	休	○	休	○
21	火		○	○	休	○	○
22	水		○	○	休	休	休
23	木		休	休	休	休	休
24	金	イトマン招待	11月2週目以降に再度お知らせ致します。				休
25	土	イトマン招待					休
26	日	イトマン招待					休
27	月		○	休	○	休	○
28	火		○	○	休	○	○
29	水		19:00-21:00	○	17:30-19:00	17:30-19:00	17:30-18:30
30	木		休	○	17:30-19:00	17:30-19:00	休