

2018年6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	金		○	○	○	○
2	土 東京都ジュニア夏季短水路	試合	試合	試合	試合	試合
3	日 東京都ジュニア夏季短水路	試合	試合	試合	試合	休
4	月	○	休	○	休	○
5	火	○	○	休	○	○
6	水 日本大学体育大会	○	○	○	休	休
7	木	休	○	(18:30-20:30)	○	休
8	金	○	○	○	○	○
9	土 東京都高校春季	6:00-7:30	6:00-7:30	休	休	○
10	日 東京都高校春季	○	○	○	休	休
11	月	○	休	○	休	○
12	火	○	○	休	○	○
13	水	○	○	○	休	休
14	木	休	○	(18:30-20:30)	○	休
15	金	○	○	○	○	○
16	土 東京都中学総体	○	○	休	○	○
17	日 東京都中学総体 校内記録会	○	○	○	校内記録会	校内記録会
18	月	○	休	○	休	○
19	火	○	○	休	○	○
20	水	○	○	○	休	休
21	木	休	○	(18:30-20:30)	○	休
22	金	○	○	○	○	○
23	土 東京都高校選手権	○	○	休	○	○
24	日 東京都高校選手権 TA記録会	○	○	試合	試合	試合
25	月	○	休	○	休	○
26	火	○	○	休	○	○
27	水	○	○	○	休	休
28	木	休	○	(18:30-20:30)	○	休
29	金	○	○	休	○	5:30-7:00
30	土	○	○	○	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。