

平成27年 8月 選手・研修・育成クラス 練習予定表

クラス	選手								研修		育成	備考			
	Aクラス 石橋		Bクラス 増川・島倉		Cクラス 正田・山崎		Dクラス 正田・山崎		Bクラス	Aクラス	A-2				
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	A-4	A-3					
1	土		6:30-8:00			6:30-8:00			6:30-8:00		17:30-18:30	16:20-17:20	OFF		
2	日		7:00-9:30			7:30-9:30			7:30-9:30		OFF	OFF	OFF		
3	月		OFF	OFF	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20		IH合宿 全中合宿	
4	火			18:40-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	18:40-20:30	18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20		IH合宿 全中合宿	
5	水		6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	17:30-19:00	OFF	OFF	IH合宿 全中合宿	
6	木		6:30-8:00	18:40-21:00	OFF	OFF		18:40-20:30	18:40-20:30	18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20		IH合宿 全中合宿	
7	金			18:40-21:00		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF	17:30-19:00	16:20-17:20		IH合宿 全中合宿	
8	土		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		17:30-18:30	16:20-17:20	OFF	IH合宿 全中合宿	
9	日		7:00-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		OFF	OFF	OFF	IH合宿 全中合宿 JO合宿	
10	月		OFF	OFF	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20		IH合宿 JO合宿 関東中学	
11	火			18:40-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	18:40-20:30	18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20		IH合宿 JO合宿 関東中学	
12	水		6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	17:30-19:00	OFF	OFF	IH合宿 JO合宿 関東中学	
13	木		7:00-9:00	13:00-15:00	7:30-9:30	14:00-16:00	7:30-9:30	14:00-16:00	7:30-9:30	14:00-16:00	10:00-11:00			JO合宿	
14	金		7:00-9:00	13:00-15:00	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	10:00-11:00			JO合宿 JBA合宿	
15	土	別紙を参照して下さい	7:00-9:00	13:00-15:00	7:30-9:30	14:00-16:00	7:30-9:30	14:00-16:00	7:30-9:30	14:00-16:00	10:00-11:00			JBA合宿	
16	日		7:00-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		OFF	OFF	OFF	JBA合宿	
17	月		OFF	OFF	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20		JBA合宿 IH(静岡) 全中(秋田)	
18	火			18:40-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	18:40-20:30	18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20		JBA合宿 IH(静岡) 全中(秋田)	
19	水			18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30	17:30-19:00	OFF	OFF	IH(静岡) 全中(秋田)	
20	木			18:40-21:00	OFF	OFF		18:40-20:30	18:40-20:30	18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20		IH(静岡)	
21	金		JO組 6:30-8:00	18:40-21:00		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF	17:30-19:00	16:20-17:20		JO前日練習 (辰巳)	
22	土		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		17:30-18:30	16:20-17:20	OFF	JO夏季 (辰巳)	
23	日		7:00-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		OFF	OFF	OFF	JO夏季 (辰巳)	
24	月		OFF	OFF		18:40-20:30		18:40-20:30	18:40-20:30	18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20		JO夏季 (辰巳)	
25	火			18:40-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	18:40-20:30	18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20		JO夏季 (辰巳)	
26	水			18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30	18:40-20:30	18:40-20:30	17:30-19:00	OFF	OFF	JO夏季 (辰巳)	
27	木		7:00-9:00	18:40-21:00	OFF	OFF		18:40-20:30	18:40-20:30	18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20			
28	金			18:40-21:00		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF	17:30-19:00	16:20-17:20			
29	土		OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	水抜き
30	日		OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	プール掃除
31	月		OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	水入れ

※研修A,B・育成クラスの月末や祝日の特別時間練習日のバス運行はございませんのでご注意ください。

※練習時間に関するお問い合わせは、フロントではなく担当コーチまたは、クラス役員へご連絡をお願い致します。

※練習時間に変更がある場合は、連絡網を通じてご連絡させていただきます。

※育成クラスは夏休み期間(7月中旬～8月末)は研修Aクラスと合同で行います。(練習曜日は変更ありません)

※選手クラスの朝練につきましては、個別(クラス別)にてお伝え致します。