

2021年5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 川上(竹村)		Bクラス 山崎(竹村)		Cクラス		Dクラス		Bクラス	Aクラス	A-2		
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	A-4	A-3			
1	土	5:30-7:00		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		17:30-18:30	17:30-18:30	OFF	
2	日	6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		OFF	OFF	OFF	
3	月	7:00-9:30	12:30-15:00	8:30陸トレ 9:00-11:30	13:30陸トレ 14:00-16:00	OFF	OFF	OFF	OFF	10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00	
4	火	7:00-9:30	12:30-15:00	8:30陸トレ 9:00-11:30	13:30陸トレ 14:00-16:00	7:00-9:00	13:00-15:00	7:00-9:00	13:00-15:00	10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00	
5	水	7:00-9:30	12:30-15:00	9:00-12:00		7:00-9:00	13:00-15:00	7:00-9:00	13:00-15:00	10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00	
6	木	OFF	OFF	OFF	OFF		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
7	金		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
8	土	5:30-7:00		6:30-8:00		6:30-8:00		6:30-8:00		17:30-18:30	17:30-18:30	OFF	
9	日	6:20-8:20	記録測定会 (14:00～希望者)	6:20-8:20	記録測定会 (14:00～希望者)	6:20-8:20	記録測定会 (14:00～希望者)	6:20-8:20	記録測定会 (14:00～希望者)	TA記録会 (14:00～)			TA記録会 (新百合ヶ丘)
10	月		18:40-20:30		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
11	火	OFF	OFF		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
12	水		18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-18:30	OFF	OFF	
13	木		19:00-21:00	OFF	OFF		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
14	金		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
15	土	5:30-7:00		7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		17:30-18:30	17:30-18:30	OFF	
16	日	6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		OFF	OFF	OFF	
17	月		18:40-20:30		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
18	火	OFF	OFF		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
19	水		18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-18:30	OFF	OFF	
20	木		19:00-21:00	OFF	OFF		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
21	金		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
22	土	5:30-7:00		7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		17:30-18:30	17:30-18:30	OFF	
23	日	6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		OFF	OFF	OFF	
24	月		18:40-20:30		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
25	火	OFF	OFF		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
26	水		18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-18:30	OFF	OFF	
27	木		19:00-21:00	OFF	OFF		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
28	金		19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
29	土	5:30-7:00		7:00-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		9:30-10:30	9:30-10:30	9:30-10:30	
30	日	9:00-12:00		7:00-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		OFF	OFF	OFF	
31	月	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	

※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、男子コーチ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。

※スクール内での飲食は禁止となっています。またお菓子の持ち込みも禁止となっております。