

2022年1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		Bクラス 増川(近藤)		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	A-2		
1	土	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF		
2	日	OFF	OFF	OFF	13:00-15:00	OFF	OFF	OFF	OFF	12:00-13:00	12:00-13:00	12:00-13:00	
3	月	10:00-12:30		8:00-10:00	13:00-15:00	8:00-10:00		8:00-10:00		12:00-13:00	12:00-13:00	12:00-13:00	
4	火	OFF	OFF	6:30-8:00	19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
5	水	6:30-8:00	18:40-20:30	6:30-8:00	18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-18:30	OFF	OFF	
6	木	6:30-8:00	19:00-21:00		19:00-21:00		18:40-10:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
7	金		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	
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		6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		OFF	OFF	OFF	Jr公認4年生 (相模原)
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	新年フェスティバル (横浜国際)
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		19:00-21:00		18:40-10:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
14	金		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	
15	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	Jr公認5-6年生 (横浜国際) 相模原市冬季長水記録会 (相模原)
16	日	6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		OFF	OFF	OFF	Jr公認中学生 (横浜国際)
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		19:00-21:00		18:40-10:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
21	金		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	KKC(辰巳)
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	KKC(辰巳)
23	日	6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		6:20-8:20		OFF	OFF	OFF	KKC(辰巳)
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		19:00-21:00		18:40-10:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
28	金		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	
29	土	5:30-8:00		8:00-10:00		8:00-10:00		8:00-10:00		10:30-11:30	10:30-11:30	10:30-11:30	
30	日	8:00-10:00		8:00-10:00		8:00-10:00		8:00-10:00		10:30-11:30	10:30-11:30	10:30-11:30	クラブ対抗女子 (多摩スズ)
31	月	5:30-7:00		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。