

2025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		Bクラス 原(田中)		Cクラス 志茂(増川)		Dクラス 大藪		Bクラス	Aクラス	A-2		
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	A-4	A-3			
28	月		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
29	火	OFF	OFF	8:00-10:00		8:00-10:00		8:00-10:00		10:00-11:30	10:00-11:30	10:00-11:30	
30	水	5:30-7:00			18:00-20:00		18:00-20:00		18:00-20:00	17:00-18:00	17:00-18:00	17:00-18:00	
1	木	5:30-7:00	17:30-20:30 (AQIT)		18:00-20:00		18:00-20:00		18:00-20:00	17:00-18:00	17:00-18:00	17:00-18:00	
2	金		18:00-20:00		18:00-20:00		18:00-20:00	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	
3	土	6:30-8:30 (AQIT)	13:00-16:30 (AQIT)	8:00-10:00	14:00-16:00	8:00-10:00	14:00-16:00	8:00-10:00		10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00	Jrゴールド合宿 (AQIT)
4	日	6:30-8:30 (AQIT)	11:30-14:00 (AQIT)	8:00-10:00	14:00-16:00	8:00-10:00	14:00-16:00	8:00-10:00		10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00	Jrゴールド合宿 (AQIT)
5	月		11:30-14:00 (AQIT)	OFF	OFF	OFF	OFF	8:00-10:00		10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00	Jrゴールド合宿 (AQIT)
6	火		11:30-14:00 (AQIT)		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	Jrゴールド合宿 (AQIT)
7	水	OFF	OFF		18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-18:30	OFF	OFF	
8	木	5:30-7:00	17:30-20:30 (AQIT)		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
9	金		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	OFF	OFF	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
10	土	Race (5:30-7:30)		Race (出場しない選手OFF)		7:30-9:30		7:30-9:30		17:30-18:30	17:30-18:30	OFF	イトマンオープン (TAC)
11	日	Race (6:00-8:00)		Race (出場しない選手OFF)		6:20-8:20		6:20-8:20		OFF	OFF	OFF	イトマンオープン (TAC)
12	月		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
13	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	
14	水	5:30-7:00			18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-18:30	OFF	OFF	
15	木		17:30-20:30 (AQIT)		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
16	金		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	OFF	OFF	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
17	土	Race (5:30-7:30)		Race (出場しない選手OFF)						17:30-18:30	17:30-18:30	OFF	ジュニア選手権 (横浜国際)
18	日	Race (6:00-8:00)		Race (出場しない選手OFF)						OFF	OFF	OFF	ジュニア選手権 (横浜国際)
19	月		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
20	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	
21	水	5:30-7:00			18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-18:30	OFF	OFF	
22	木	5:30-7:00	17:30-20:30 (AQIT)		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
23	金		19:00-21:00		18:40-20:30		18:40-20:30	OFF	OFF	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
24	土		15:00-18:00 (AQIT)	7:30-9:30		7:30-9:30		7:30-9:30		17:30-18:30	17:30-18:30	OFF	
25	日	6:20-8:20	13:30-16:00 (AQIT)	6:20-8:20			16:00-18:00		16:00-18:00	OFF	OFF	OFF	
26	月		18:40-20:30	OFF	OFF	OFF	OFF		18:40-20:30	17:30-19:00	16:20-17:20	15:10-16:10	
27	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	
28	水	5:30-7:00			18:40-20:30		18:40-20:30		18:40-20:30	17:30-18:30	OFF	OFF	
29	木	5:30-7:00	17:30-20:30 (AQIT)		18:00-20:00		18:00-20:00		18:00-20:00	17:00-18:00	17:00-18:00	17:00-18:00	
30	金		18:00-20:00		18:00-20:00		18:00-20:00	OFF	OFF	OFF	OFF	OFF	
31	土	未定											

※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。