

2025年 12月 選手クラス スケジュール表

日付	曜日	試合、休校日	棟原	
			AM	PM
1	月			6:30~8:00
2	火		OFF	
3	水			6:30~8:00
4	木			5:30~6:50
5	金			6:30~8:00
6	土		※7:00~9:00	※5:10~7:00
7	日		※7:00~9:00	
8	月			6:30~8:00
9	火		OFF	
10	水			6:30~8:00
11	木			5:30~6:50
12	金			6:30~8:00
13	土		※7:00~9:00	※5:10~7:00
14	日		※7:00~9:00	
15	月			6:30~8:00
16	火		OFF	
17	水			6:30~8:00
18	木			5:30~6:50
19	金			6:30~8:00
20	土		※7:00~9:00	※5:10~7:00
21	日		※7:00~9:00	
22	月			6:30~8:00
23	火		OFF	
24	水			6:30~8:00
25	木		※7:00~9:00	※6:20~8:30
26	金		※7:00~9:00	※6:20~8:30
27	土		※7:00~9:00	
28	日			
29	月	年末休校日	※7:00~9:00	
30	火	年末休校日	※7:00~9:00	
31	水	年末休校日	※7:00~9:00	

2025年1月

1	木	年始休校日	OFF
2	金	年始休校日	OFF
3	土	年始休校日	※1:00~3:00
4	日		※7:00~9:00
5	月		※7:00~9:00

◇月・水・金は6:00~陸上トレーニングを行います。ストレッチマットを持参してください。

練習日程及び時間が変更になりましたら連絡致します。

※は名張イトマンで練習