

【 2024.12 **中・高校生** 選手コース練習カレンダー 】

更新日: 2024/12/26

日	月	火	水	木	金	土
12月1日	2	3	4	5	6	7
OFF	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
8	9	10	11	12	13	14
OFF	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
15	16	17	18	19	20	21
OFF	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
22	23	24 / 大江C不在	25 / 大江C不在	26 / 大江C不在	27 / 大江C不在	28 / 大江C不在
OFF	コーチ不在の為、 OFF	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	*記録会 17:00~19:00
29	30	31	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
施設休館の為、 OFF						16:30~17:00 17:00~19:00

・月曜・水曜・木曜 19:40~20:00 / 土曜 16:30~17:00は陸上トレーニングの時間とします。

・**時間までに各自準備体操、ストレッチを入念に取り組む様お願い致します。**

・練習予定に変更がある場合はその都度ご連絡致します。

・\*記録会の詳細は、後日ご案内いたします。

・ご不明な点等は担当コーチにお問合せ下さい。

2025年1月期 **中・高校生** 選手コース練習カレンダー

更新日: 2024/12/26

日	月	火	水	木	金	土
			1月1日	2	3	4
			OFF	OFF	OFF	16:30~17:00 17:00~19:00
5	6	7	8	9	10	11
OFF	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
12	13	14	15	16	17	18
新年フェスティバル OFF	選手コンディション調整 の為、 OFF	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
19	20	21	22	23	24	25
OFF	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
26	27	28	29	30	31	30
OFF	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	OFF	18:00~19:40	

・月曜・水曜・木曜 19:40~20:00 / 土曜 16:30~17:00は陸上トレーニングの時間とします。

・**時間までに各自準備体操、ストレッチを入念に取り組む様お願い致します。**

・練習予定に変更がある場合はその都度ご連絡致します。

・ご不明な点等は担当コーチにお問合せ下さい。

【 2024.12 **小学生** 選手コース練習カレンダー 】

更新日: 2024/12/26

日	月	火	水	木	金	土
12月1日	2	3	4	5	6	7
OFF	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
8	9	10	11	12	13	14 / 今C不在
OFF	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
15	16	17	18	19	20	21
OFF	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
22	23	24	25	26	27	28
OFF	コーチ不在の為、 OFF	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	*記録会 17:00~19:00
29	30	31	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
施設休館の為、 OFF						16:30~17:00 17:00~19:00

・火曜・水曜・木曜 19:40~20:00 / 土曜 16:30~17:00は陸上トレーニングの時間とします。

・**時間までに各自準備体操、ストレッチを入念に取り組む様お願い致します。**

・練習予定に変更がある場合はその都度ご連絡致します。

・\*記録会の詳細は、後日ご案内いたします。

・ご不明な点等は担当コーチにお問合せ下さい。

2025年1月期 **小学生** 選手コース練習カレンダー

更新日: 2024/12/26

日	月	火	水	木	金	土
			1月1日	2	3	4
			OFF	OFF	OFF	16:30~17:00 17:00~19:00
5	6	7	8	9	10	11
OFF	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
12	13	14	15	16	17	18
新年フェスティバル OFF	選手コンディション調整 の為、 OFF	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
19	20	21	22	23	24	25
OFF	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40	16:30~17:00 17:00~19:00
26	27	28	29	30	31	
OFF	18:00~19:40	18:00~19:40 19:40~20:00	18:00~19:40 19:40~20:00	OFF	18:00~19:40	

・火曜・水曜・木曜 19:40~20:00 / 土曜 16:30~17:00は陸上トレーニングの時間とします。

・**時間までに各自準備体操、ストレッチを入念に取り組む様お願い致します。**

・練習予定に変更がある場合はその都度ご連絡致します。

・ご不明な点等は担当コーチにお問合せ下さい。