

# 練習計画表

## 8月練習表

| 日付 |   | 中学生        | 高校生        | 成年         | 備考         |
|----|---|------------|------------|------------|------------|
| 1  | 水 | 9:00～12:00 | 大会         | 9:00～21:00 | インターハイ     |
| 2  | 木 | 9:00～12:00 | 大会         | 9:00～21:00 | インターハイ     |
| 3  | 金 | 9:00～12:00 | 大会         | 9:00～21:00 | インターハイ     |
| 4  | 土 | 9:00～12:00 | 大会         | 9:00～21:00 | インターハイ     |
| 5  | 日 | 休み         | 大会         | 9:00～21:00 | インターハイ     |
| 6  | 月 | 9:00～12:00 | 大会         | 9:00～21:00 | インターハイ     |
| 7  | 火 | 9:00～12:00 | 休み         | 9:00～21:00 |            |
| 8  | 水 | 9:00～12:00 | 休み         | 9:00～21:00 |            |
| 9  | 木 | 9:00～12:00 | 9:00～      | 9:00～21:00 |            |
| 10 | 金 | 9:00～12:00 | 9:00～      | 9:00～21:00 |            |
| 11 | 土 | 9:00～      | 大会         | 9:00～21:00 | SP国体中国ブロック |
| 12 | 日 | 休み         | 大会         | 9:00～21:00 | SP国体中国ブロック |
| 13 | 月 | 休み         | 休み         | 9:00～21:00 |            |
| 14 | 火 | 休み         | 休み         | 9:00～21:00 |            |
| 15 | 水 | 休み         | 休み         | 9:00～21:00 |            |
| 16 | 木 | 休み         | 休み         | 9:00～21:00 |            |
| 17 | 金 | 休み         | 16:00～     | 9:00～21:00 |            |
| 18 | 土 | 休み         | 9:00～16:00 | 9:00～21:00 |            |
| 19 | 日 | 休み         | 休み         | 9:00～21:00 |            |
| 20 | 月 | 9:00～12:00 | 16:00～     | 9:00～21:00 |            |
| 21 | 火 | 9:00～12:00 | 16:00～     | 9:00～21:00 |            |
| 22 | 水 | 9:00～12:00 | 16:00～     | 9:00～21:00 |            |
| 23 | 木 | 9:00～12:00 | 16:00～     | 9:00～21:00 |            |
| 24 | 金 | 9:00～12:00 | 16:00～     | 9:00～21:00 |            |
| 25 | 土 | 9:00～12:00 | 9:00～16:00 | 9:00～21:00 |            |
| 26 | 日 | 休み         | 休み         | 9:00～21:00 | 海洋祭り手伝い    |
| 27 | 月 | 9:00～12:00 | 16:00～     | 9:00～21:00 |            |
| 28 | 火 | 9:00～12:00 | 16:00～     | 9:00～21:00 |            |
| 29 | 水 | 休み         | 9:00～      | 9:00～21:00 |            |
| 30 | 木 | 休み         | 9:00～      | 9:00～21:00 |            |