

# 練習計画表

## 9月練習表

日付	中学生	高校生	成年	備考
1 土	休み	休み	9:00～21:00	
2 日	休み	休み	9:00～21:00	
3 月	15:30～	15:00～	9:00～21:00	
4 火	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
5 水	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
6 木	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
7 金	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
8 土	休み	9:00・14:00	9:00～21:00	
9 日	休み	休み	9:00～21:00	
10 月	9:00～	16:30～	9:00～21:00	
11 火	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
12 水	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
13 木	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
14 金	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
15 土	9:00～	新人戦	9:00～21:00	SP 新人戦
16 日	休み	合宿	9:00～21:00	
17 月	9:00～	休み	9:00～21:00	
18 火	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
19 水	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
20 木	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
21 金	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
22 土	休み	9:00・14:00	9:00～21:00	
23 日	休み	9:00～	9:00～21:00	
24 月	9:00～	休み	9:00～21:00	
25 火	9:00～	16:30～	9:00～21:00	
26 水	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
27 木	15:30～	16:30～	9:00～21:00	SP 国体出発
28 金	15:30～	16:30～	9:00～21:00	
29 土	15:30～	9:00・14:00	9:00～21:00	
30 日	休み	休み	9:00～21:00	