

# 練習計画表

## 1月練習表

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