

練習計画表

1月練習表

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