

# 練習計画表

## 6月練習表

		中学生	高校生	成年	備考
1	水	16:30～	16:30～	9:00～21:00	
2	木	自主練	自主練	9:00～21:00	
3	金	16:30～	16:30～	9:00～21:00	
4	土	9:00～	9:00～	9:00～21:00	
5	日	休み	休み	9:00～21:00	
6	月	自主練	自主練	9:00～21:00	
7	火	自主練	自主練	9:00～21:00	
8	水	16:30～	16:30～	9:00～21:00	
9	木	自主練	自主練	9:00～21:00	
10	金	自主練	自主練	9:00～21:00	
11	土	9:00～	9:00～	9:00～21:00	中国高校カヌースプリント選手権
12	日	休み	休み	9:00～21:00	
13	月	自主練	自主練	9:00～21:00	
14	火	自主練	自主練	9:00～21:00	
15	水	16:30～	16:30～	9:00～21:00	
16	木	16:30～	16:30～	9:00～21:00	
17	金	自主練	自主練	9:00～21:00	
18	土	9:00～	9:00～	9:00～21:00	
19	日	試合	試合	9:00～21:00	国体県予選(スプリント)
20	月	休み	休み	9:00～21:00	
21	火	自主練	自主練	9:00～21:00	
22	水	16:30～	16:30～	9:00～21:00	
23	木	自主練	自主練	9:00～21:00	
24	金	自主練	自主練	9:00～21:00	
25	土	9:00～	9:00～	9:00～21:00	
26	日	休み	休み	9:00～21:00	
27	月	自主練	自主練	9:00～21:00	
28	火	自主練	自主練	9:00～21:00	
29	水	16:30～	16:30～	9:00～21:00	
30	木	16:30～	16:30～	9:00～21:00	