

練習計画表

7月練習表

		小中学生	高校生	成年	備考
1	水	18:00～19:30	18:00～20:00	9:00～21:00	
2	木	自主練	自主練	9:00～21:00	
3	金	自主練	自主練	9:00～21:00	
4	土	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～21:00	
5	日	休み	休み	9:00～21:00	
6	月	自主練	18:00～20:00	9:00～21:00	
7	火	自主練	自主練	9:00～21:00	
8	水	18:00～19:30	18:00～20:00	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	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～21:00	
12	日	休み	休み	9:00～21:00	
13	月	自主練	18:00～20:00	9:00～21:00	
14	火	自主練	自主練	9:00～21:00	
15	水	18:00～19:30	18:00～20:00	9:00～21:00	
16	木	自主練	自主練	9:00～21:00	
17	金	自主練	自主練	9:00～21:00	
18	土	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～21:00	国スポ中国ブロック SP
19	日	休み	休み	9:00～21:00	国スポ中国ブロック SP
20	月	自主練	18:00～20:00	9:00～21:00	
21	火	自主練	自主練	9:00～21:00	
22	水	18:00～19:30	18:00～20:00	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	9:00～12:00	9:00～12:00	9:00～21:00	
26	日	休み	休み	9:00～21:00	
27	月	自主練	18:00～20:00	9:00～21:00	
28	火	自主練	自主練	9:00～21:00	
29	水	18:00～19:30	18:00～20:00	9:00～21:00	
30	木	自主練	自主練	9:00～21:00	
31	金	自主練	自主練	9:00～21:00	