

5月	日	月	火	水	木	金	土	
選手A・B コース予定表				1	2	3	4	
				18:15 ∟ 20:30	17:45 ∟ 20:30	GW合宿		
	5	6	7	8	9	10	11	
	GW合宿		17:45 ∟ 20:30	18:15 ∟ 20:30	17:45 ∟ 20:30	18:15 ∟ 20:30	ゆびあす A 6:00~8:00 B 7:30~9:30	
	12	13	14	15	16	17	18	
	ゆびあす A 6:00~8:00 B 7:30~9:30	OFF	17:45 ∟ 20:30	18:15 ∟ 20:30	17:45 ∟ 20:30	18:15 ∟ 20:30	6:00 ∟ 8:00	
	19	20	21	22	23	24	25	
	長水路 記録会	A 16:50~19:00 B 18:20~20:30	OFF	18:15 ∟ 20:30	17:45 ∟ 20:30	18:15 ∟ 20:30	ゆびあす A 6:00~8:00 B 7:30~9:30	
	26	27	28	29	30	31		
	ゆびあす A 6:00~8:00 B 7:30~9:30	OFF	17:45 ∟ 20:30	18:15 ∟ 20:30	17:45 ∟ 20:30	18:15 ∟ 20:30		

\* 日によって練習場所が変わりますので、ご注意ください。なお、都合により変更がある場合には担当コーチより連絡いたします

5月	日	月	火	水	木	金	土	
選手C コース予定表				1	2	3	4	
				17:45 ∟ 19:00	17:45 ∟ 20:30	GW合宿		
	5	6	7	8	9	10	11	
	GW合宿		17:45 ∟ 20:30	17:45 ∟ 19:00	17:45 ∟ 20:30	17:45 ∟ 19:00	ゆびあす 7:30~ 9:30	
	12	13	14	15	16	17	18	
	ゆびあす 7:30~ 9:30	OFF	17:45 ∟ 20:30	17:45 ∟ 19:00	17:45 ∟ 20:30	17:45 ∟ 19:00	6:00 ∟ 8:00	
	19	20	21	22	23	24	25	
	長水路 記録会	18:15 ∟ 19:30	OFF	17:45 ∟ 19:00	17:45 ∟ 20:30	17:45 ∟ 19:00	ゆびあす 7:30~ 9:30	
	26	27	28	29	30	31		
	ゆびあす 7:30~ 9:30	OFF	17:45 ∟ 20:30	17:45 ∟ 19:00	17:45 ∟ 20:30	17:45 ∟ 19:00		

\* 日によって練習場所が変わりますので、ご注意ください。なお、都合により変更がある場合には担当コーチより連絡いたします