

8月	日	月	火	水	木	金	土
選手A・B コース 入予定表							1
							ゆびあす A6:00~8:00 B7:30~9:30
	2	3	4	5	6	7	8
	ゆびあす A6:00~8:00 B7:30~9:30	OFF	17:45 ~ 20:30	18:15 ~ 20:30	17:45 ~ 20:30	18:15 ~ 20:30	ゆびあす A6:00~8:00 B7:30~9:30
	9	10	11	12	13	14	15
	ゆびあす A6:00~8:00 B7:30~9:30	OFF	17:45 ~ 20:30	18:15 ~ 20:30	ゆびあす A6:00~8:00 B7:30~9:30	ゆびあす A6:00~8:00 B7:30~9:30	ゆびあす A6:00~8:00 B7:30~9:30
	16	17	18	19	20	21	22
	ゆびあす A6:00~8:00 B7:30~9:30	OFF	OFF	18:15 ~ 20:30	17:45 ~ 20:30	18:15 ~ 20:30	ゆびあす A6:00~8:00 B7:30~9:30
	23	24	25	26	27	28	29
	22日と同様	OFF	17:45 ~ 20:30	18:15 ~ 20:30	17:45 ~ 20:30	18:15 ~ 20:30	6:00~ 8:00
	30	31					
	市民体	OFF	20:30	20:30	20:30	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。
令和8年度より休館日前日の練習は行いません。しっかり体を休めてトレーニングできるようにしましょう！

8月	日	月	火	水	木	金	土
選手C コース 入予定表							1
							ゆびあす 7:30~9:30
	2	3	4	5	6	7	8
	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	ゆびあす 7:30~9:30
	9	10	11	12	13	14	15
	ゆびあす 7:30~9:30	OFF	17:45 ~ 20:30	17:45 ~ 19:00	ゆびあす 7:30~9:30	ゆびあす 7:30~9:30	ゆびあす 7:30~9:30
	16	17	18	19	20	21	22
	ゆびあす 7:30~9:30	OFF	OFF	17:45 ~ 19:00	17:45 ~ 20:30	17:45 ~ 19:00	ゆびあす 7:30~9:30
	23	24	25	26	27	28	29
	22日と同様	OFF	17:45 ~ 20:30	17:45 ~ 19:00	17:45 ~ 20:30	17:45 ~ 19:00	6:00~ 8:00
	30	31					
	市民体	OFF	20:30	19:00	20:30	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。
令和8年度より休館日前日の練習は行いません。しっかり体を休めてトレーニングできるようにしましょう！

8月	日	月	火	水	木	金	土
育成 予定表							1
							ゆびあす 7:30～9:30
	2	3	4	5	6	7	8
	ゆびあす 7:30～9:30	17:15 ～ 18:30		17:45 ～ 19:00		17:45 ～ 19:00	ゆびあす 7:30～9:30
	9	10	11	12	13	14	15
	ゆびあす 7:30～9:30	17:15 ～ 18:30		17:45 ～ 19:00		ゆびあす 7:30～9:30	ゆびあす 7:30～9:30
	16	17	18	19	20	21	22
	ゆびあす 7:30～9:30	17:15 ～ 18:30		17:45 ～ 19:00		17:45 ～ 19:00	サマーキャンプ
	23	24	25	26	27	28	29
	サマーキャンプ	17日と同様		17:45 ～ 19:00	記録会 17:30～ 18:30	17:45 ～ 19:00	7:30～9:30
	30	31					
	市民スポーツ大会	24日と同様					

＊ 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。

8月	日	月	火	水	木	金	土
準育成 予定表							1
	2	3	4	5	6	7	8
			17:30 ～ 18:30		17:30 ～ 18:30	18:00 ～ 19:00	
	9	10	11	12	13	14	15
			17:30 ～ 18:30		OFF	OFF	
	16	17	18	19	20	21	22
			休館日		17:30 ～ 18:30	18:00 ～ 19:00	サマーキャンプ
	23	24	25	26	27	28	29
	サマーキャンプ		17:30 ～ 18:30		記録会 17:30～ 18:30	18:00 ～ 19:00	
	30	31					

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。

8月	日	月	火	水	木	金	土
キッズ ユニ ア マ ス タ ー 予 定 表							1
	2	3	4	5	6	7	8
			17:30		17:30		
			～		～		
			18:30		18:30		
	9	10	11	12	13	14	15
			17:30		OFF		
			～				
			18:30				
	16	17	18	19	20	21	22
			休館日		17:30		
					～		
					18:30		
	23	24	25	26	27	28	29
			17:30		記録会		
	30	31	～		17:30～		
			18:30		18:30		

* 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。

8月	日	月	火	水	木	金	土
ミドル マ ス タ ー 予 定 表							1
							ゆびあす
							7:30～9:30
	2	3	4	5	6	7	8
		18:30		18:00			ゆびあす
		～		～			7:30～9:30
		19:30		19:00			
	9	10	11	12	13	14	15
		18:30		18:00			ゆびあす
		～		～			7:30～9:30
		19:30		19:00			
	16	17	18	19	20	21	22
		18:30		18:00			サマキャン
		～		～			ゆびあす
		19:30		19:00			7:30～9:30
	23	24	25	26	27	28	29
	サマキャン	17日と同様		18:00	記録会		7:30～
	30	31		～	17:30～		9:30
	市民スポーツ大会	24日と同様		19:00	18:30		

* 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。