

11月選手(Dクラス)練習予定表

日	曜	AM	PM	備考
1	日	8:00 ~ 9:30		
2	月	5:30 ~ 7:00	6:50 ~ 8:10	
3	火			休校日
4	水	5:30 ~ 7:00	6:10 ~ 7:30	
5	木		6:50 ~ 8:10	
6	金			
7	土	8:30 ~ 10:00	6:10 ~ 7:30	
8	日	8:00 ~ 9:30		
9	月	5:30 ~ 7:00	6:50 ~ 8:10	
10	火			
11	水	5:30 ~ 7:00	6:10 ~ 7:30	
12	木		6:50 ~ 8:10	
13	金			
14	土	8:30 ~ 10:00	6:10 ~ 7:30	
15	日	8:00 ~ 9:30		
16	月	5:30 ~ 7:00	6:50 ~ 8:10	
17	火			
18	水	5:30 ~ 7:00	6:10 ~ 7:30	
19	木		6:50 ~ 8:10	
20	金			
21	土	8:30 ~ 10:00	6:10 ~ 7:30	
22	日	8:00 ~ 9:30		大阪府公認記録会
23	月			休校日/イトマン招待通信大会
24	火			
25	水	5:30 ~ 7:00	6:10 ~ 7:30	
26	木		6:50 ~ 8:10	
27	金			
28	土	8:30 ~ 10:00	6:10 ~ 7:30	
29	日			休校日/大阪府公認記録会
30	月			休校日

11月選手(D1クラス)練習予定表

日	曜	AM	PM	備考
1	日	6:30 ~ 8:00		
2	月	5:30 ~ 7:00	8:10 ~ 9:40	
3	火			休校日
4	水	5:30 ~ 7:00	7:30 ~ 9:00	
5	木			
6	金		6:50 ~ 8:20	
7	土	7:00 ~ 8:30	7:30 ~ 9:00	
8	日	6:30 ~ 8:00		
9	月	5:30 ~ 7:00	8:10 ~ 9:40	
10	火		6:50 ~ 8:20	
11	水	5:30 ~ 7:00	7:30 ~ 9:00	
12	木			
13	金		6:50 ~ 8:20	
14	土	7:00 ~ 8:30	7:30 ~ 9:00	
15	日	6:30 ~ 8:00		
16	月	5:30 ~ 7:00	8:10 ~ 9:40	
17	火		6:50 ~ 8:20	
18	水	5:30 ~ 7:00	7:30 ~ 9:00	
19	木			
20	金		6:50 ~ 8:20	
21	土	7:00 ~ 8:30	7:30 ~ 9:00	
22	日	6:30 ~ 8:00		大阪府公認記録会
23	月			休校日/イトマン招待通信大会
24	火		6:50 ~ 8:20	
25	水	5:30 ~ 7:00	7:30 ~ 9:00	
26	木			
27	金		6:50 ~ 8:20	
28	土	7:00 ~ 8:30	7:30 ~ 9:00	
29	日			休校日/大阪府公認記録会
30	月			休校日