

7月選手(Dクラス)練習予定表

日	曜	AM	PM	備 考
1	木		6:50 ~ 8:10	
2	金			
3	土	8:30 ~ 10:00	6:10 ~ 7:30	大阪府公認記録会(大阪ブルー)
4	日	8:00 ~ 9:30		大阪府公認記録会(大阪ブルー)
5	月	5:30 ~ 7:00	6:50 ~ 7:50	
6	火			
7	水	5:30 ~ 7:00	6:10 ~ 7:30	
8	木		6:50 ~ 8:10	
9	金			
10	土	8:30 ~ 10:00	6:10 ~ 7:30	
11	日	8:00 ~ 9:30		
12	月	5:30 ~ 7:00	6:50 ~ 8:10	
13	火			
14	水	5:30 ~ 7:00	6:10 ~ 7:30	
15	木		6:50 ~ 8:10	
16	金			
17	土	8:30 ~ 10:00	6:10 ~ 7:30	
18	日	8:00 ~ 9:30		西大阪地区AB級(ラクタブ)
19	月	5:30 ~ 7:00	6:50 ~ 8:10	
20	火			
21	水	6:30 ~ 8:00	6:10 ~ 7:30	
22	木			
23	金		11:00 ~ 12:30	
24	土	6:30 ~ 8:00	6:10 ~ 7:30	
25	日	8:00 ~ 9:30		
26	月		6:10 ~ 7:30	
27	火			
28	水		6:10 ~ 7:30	
29	木		6:10 ~ 7:30	
30	金			
31	土	7:00 ~ 8:30	6:10 ~ 7:30	大阪府公認記録会(ラクタブ)

夏季休暇時間開始
7/26~8/24

7月選手(D1クラス)練習予定表

日	曜	AM	PM	備 考
1	木			
2	金		6:50 ~ 8:20	
3	土	7:00 ~ 8:30	7:30 ~ 9:00	大阪府公認記録会(大阪ブルー)
4	日	6:30 ~ 8:00		大阪府公認記録会(大阪ブルー)
5	月	5:30 ~ 7:00	7:50 ~ 8:50	
6	火		6:50 ~ 8:20	
7	水	5:30 ~ 7:00	7:30 ~ 9:00	
8	木			
9	金		6:50 ~ 8:20	
10	土	7:00 ~ 8:30	7:30 ~ 9:00	
11	日	6:30 ~ 8:00		
12	月	5:30 ~ 7:00	8:10 ~ 9:40	
13	火		6:50 ~ 8:20	
14	水	5:30 ~ 7:00	7:30 ~ 9:00	
15	木			
16	金		6:50 ~ 8:20	
17	土	7:00 ~ 8:30	7:30 ~ 9:00	
18	日	6:30 ~ 8:00		西大阪地区AB級(ラクタブ)
19	月	5:30 ~ 7:00	8:10 ~ 9:40	
20	火		6:50 ~ 8:20	
21	水	6:30 ~ 8:00	7:30 ~ 9:00	
22	木			
23	金		11:00 ~ 12:30	
24	土	6:30 ~ 8:00	7:30 ~ 9:00	
25	日	6:30 ~ 8:00		
26	月		7:30 ~ 9:00	
27	火		6:10 ~ 7:40	
28	水		7:30 ~ 9:00	
29	木			
30	金		6:10 ~ 7:40	
31	土	7:00 ~ 8:30	7:30 ~ 9:00	大阪府公認記録会(ラクタブ)

※7/26から8/24まで夏休み期間の為、時間が変更になっている曜日がございます。お間違えのないようご注意ください。