

10月		試合・合宿・他	引率・担当	S 米山		E1 マティーマ		E2 小宮			
10/1	木				18:00陸トレ 18：50-20：50		18:00陸トレ 18：50-20：30		18：00-19：30(2F)	10/1	木
10/2	金				18：50-20：30		18：50-20：30		18：50-20：00	10/2	金
10/3	土	ジュニア秋季短水路(TAC)	米山/pm小宮		17：10-19：00		17：10-19：00	6：15-8：15		10/3	土
10/4	日	ジュニア秋季短水路(TAC)	マテ/pm小宮	6:15-8:00 陸トレ無し		6:15-8:00 陸トレ無し		6：15-8：15（2F）		10/4	日
10/5	月			OFF		OFF		OFF		10/5	月
10/6	火				18：50-20：50		18：50-20：30	OFF		10/6	火
10/7	水				18：50-20：50	OFF			18：50-20：15	10/7	水
10/8	木				18:00陸トレ 18：50-20：50		18:00陸トレ 18：50-20：30		18：00-19：30(2F)	10/8	木
10/9	金				18：50-20：30		18：50-20：30		18：50-20：00	10/9	金
10/10	土				17：10-19：00		17：10-19：00	6：15-8：15		10/10	土
10/11	日			6:15-8:00 陸トレ8:15		6:15-8:00 陸トレ8:15		6：15-8：15（2F）		10/11	日
10/12	月	3校ランキング(上北台)	全 員	ランキング		ランキング		ランキング		10/12	月
10/13	火				18：50-20：50		18：50-20：30	OFF		10/13	火
10/14	水				18：50-20：50	OFF			18：50-20：15	10/14	水
10/15	木				18:00陸トレ 18：50-20：50		18:00陸トレ 18：50-20：30		18：00-19：30(2F)	10/15	木
10/16	金				18：50-20：30		18：50-20：30		18：50-20：00	10/16	金
10/17	土	西部ブロック対抗戦(小金井公園)	小宮		17：10-19：00		17：10-19：00	6：30-8：15		10/17	土
10/18	日	西部ブロック対抗戦(小金井公園)	マティーマ	6:15-8:00 陸トレ8:15		6:15-8:00 陸トレ8:15		6：15-8：15（2F）		10/18	日
10/19	月			OFF		OFF		OFF		10/19	月
10/20	火				18：50-20：50		18：50-20：30	OFF		10/20	火
10/21	水				18：50-20：50	OFF			18：50-20：15	10/21	水
10/22	木				18:00陸トレ 18：50-20：50		18:00陸トレ 18：50-20：30		18：00-19：30(2F)	10/22	木
10/23	金				18：50-20：30		18：50-20：30		18：50-20：00	10/23	金
10/24	土				17：10-19：00		17：10-19：00	6：30-8：15		10/24	土
10/25	日			6:15-8:00 陸トレ8:15		6:15-8:00 陸トレ8:15		6：15-8：15（2F）		10/25	日
10/26	月			OFF		OFF		OFF		10/26	月
10/27	火				18：50-20：50		18：50-20：30	OFF		10/27	火
10/28	水				18：50-20：50	OFF			18：50-20：15	10/28	水
10/29	木		全社研修	OFF		OFF		OFF		10/29	木
10/30	金	東京SC招待記録会(TAC)	未定		18：00-20：00		18：30-20：30		17：30-19：30	10/30	金
10/31	土	東京SC招待記録会(TAC)	未定		17：00-19：00		17：00-19：00	6：30-8：30		10/31	土
11/1	日	東京SC招待記録会(TAC)	未定	6:15-8:00 陸トレ8:15		6:15-8:00 陸トレ8:15		6：15-8：15（2F）		11/1	日
11/2	月	東京SC招待記録会(TAC)	未定		18：50-20：30		18：50-20：30	OFF		11/2	月
11/3	火	東京SC招待記録会(TAC)	未定		18：50-20：50		18：50-20：30	OFF		11/3	火
休館日29～30日											
青色…特別練習会 黄色…時間変更等				特別練習2回		特別練習回 2 回		特別練習 2 回			