

|    | A                 | B | C              | E      | F                        | G               | H                        | I               | J                   | K               | L     | M |
|----|-------------------|---|----------------|--------|--------------------------|-----------------|--------------------------|-----------------|---------------------|-----------------|-------|---|
| 1  | 11月               |   | 試合・合宿・他        | 引率・担当  | S 米山                     |                 | E1 マディーア                 |                 | E2 小宮               |                 |       |   |
| 2  | 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 |
| 3  | 11/2              | 月 | 東京SC招待記録会(TAC) | 未定     | OFF                      |                 | OFF                      |                 | OFF                 |                 | 11/2  | 月 |
| 4  | 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 |
| 5  | 11/4              | 水 |                |        |                          | 18 : 50-20 : 50 | OFF                      |                 |                     | 18 : 50-20 : 15 | 11/4  | 水 |
| 6  | 11/5              | 木 |                |        | 18:00陸トレ 18 : 50-20 : 50 |                 | 18:00陸トレ 18 : 50-20 : 30 |                 | 18 : 00-19 : 30(2F) |                 | 11/5  | 木 |
| 7  | 11/6              | 金 |                |        | 18 : 50-20 : 30          |                 | 18 : 50-20 : 30          |                 | 18 : 50-20 : 00     |                 | 11/6  | 金 |
| 8  | 11/7              | 土 |                |        | 17 : 10-19 : 00          |                 | 17 : 10-19 : 00          |                 | 6 : 15-8 : 15       |                 | 11/7  | 土 |
| 9  | 11/8              | 日 |                |        | 6:15-8:00 陸トレ8:15        |                 | 6:15-8:00 陸トレ8:15        |                 | 6 : 15-8 : 15 (2F)  |                 | 11/8  | 日 |
| 10 | 11/9              | 月 |                |        | OFF                      |                 | OFF                      |                 | OFF                 |                 | 11/9  | 月 |
| 11 | 11/10             | 火 |                |        |                          | 18 : 50-20 : 50 |                          | 18 : 50-20 : 30 | OFF                 |                 | 11/10 | 火 |
| 12 | 11/11             | 水 |                |        |                          | 18 : 50-20 : 50 | OFF                      |                 |                     | 18 : 50-20 : 15 | 11/11 | 水 |
| 13 | 11/12             | 木 |                |        | 18:00陸トレ 18 : 50-20 : 50 |                 | 18:00陸トレ 18 : 50-20 : 30 |                 | 18 : 00-19 : 30(2F) |                 | 11/12 | 木 |
| 14 | 11/13             | 金 |                |        | 18 : 50-20 : 30          |                 | 18 : 50-20 : 30          |                 | 18 : 50-20 : 00     |                 | 11/13 | 金 |
| 15 | 11/14             | 土 |                |        | 17 : 10-19 : 00          |                 | 17 : 10-19 : 00          |                 | 6 : 15-8 : 15       |                 | 11/14 | 土 |
| 16 | 11/15             | 日 |                |        | 6:15-8:00 陸トレ8:15        |                 | 6:15-8:00 陸トレ8:15        |                 | 6 : 15-8 : 15 (2F)  |                 | 11/15 | 日 |
| 17 | 11/16             | 月 |                |        | OFF                      |                 | OFF                      |                 | OFF                 |                 | 11/16 | 月 |
| 18 | 11/17             | 火 |                |        |                          | 18 : 50-20 : 50 |                          | 18 : 50-20 : 30 | OFF                 |                 | 11/17 | 火 |
| 19 | 11/18             | 水 |                |        |                          | 18 : 50-20 : 50 | OFF                      |                 |                     | 18 : 50-20 : 15 | 11/18 | 水 |
| 20 | 11/19             | 木 |                |        | 18:00陸トレ 18 : 50-20 : 50 |                 | 18:00陸トレ 18 : 50-20 : 30 |                 | 18 : 00-19 : 30(2F) |                 | 11/19 | 木 |
| 21 | 11/20             | 金 |                |        | 18 : 50-20 : 30          |                 | 18 : 50-20 : 30          |                 | 18 : 50-20 : 00     |                 | 11/20 | 金 |
| 22 | 11/21             | 土 |                |        | 17 : 10-19 : 00          |                 | 17 : 10-19 : 00          |                 | 6 : 15-8 : 15       |                 | 11/21 | 土 |
| 23 | 11/22             | 日 | BC級大会(調布)      | 小宮・マティ | 6:15-8:00 陸トレ8:15        |                 | 6:15-8:00 陸トレ8:15        |                 | 競技会                 |                 | 11/22 | 日 |
| 24 | 11/23             | 月 |                |        | OFF                      |                 | OFF                      |                 | OFF                 |                 | 11/23 | 月 |
| 25 | 11/24             | 火 |                |        |                          | 18 : 50-20 : 50 |                          | 18 : 50-20 : 30 | OFF                 |                 | 11/24 | 火 |
| 26 | 11/25             | 水 |                |        |                          | 18 : 50-20 : 50 | OFF                      |                 |                     | 18 : 50-20 : 15 | 11/25 | 水 |
| 27 | 11/26             | 木 |                |        | 18:00陸トレ 18 : 50-20 : 50 |                 | 18:00陸トレ 18 : 50-20 : 30 |                 | 18 : 00-19 : 30(2F) |                 | 11/26 | 木 |
| 28 | 11/27             | 金 |                |        | 18 : 50-20 : 30          |                 | 18 : 50-20 : 30          |                 | 18 : 50-20 : 00     |                 | 11/27 | 金 |
| 29 | 11/28             | 土 |                |        | 17 : 10-19 : 00          |                 | 17 : 10-19 : 00          |                 | 6 : 15-8 : 15       |                 | 11/28 | 土 |
| 30 | 11/29             | 日 |                |        | 6:15-8:00 陸トレ8:15        |                 | 6:15-8:00 陸トレ8:15        |                 | 6 : 15-8 : 15 (2F)  |                 | 11/29 | 日 |
| 31 | 11/30             | 月 |                |        | OFF                      |                 | OFF                      |                 | OFF                 |                 | 11/30 | 月 |
| 32 | 12/1              | 火 |                |        |                          | 18 : 50-20 : 50 |                          | 18 : 50-20 : 30 | OFF                 |                 | 12/1  | 火 |
| 33 | 12/2              | 水 |                |        |                          | 18 : 50-20 : 50 | OFF                      |                 |                     | 18 : 50-20 : 15 | 12/2  | 水 |
| 34 | 休館日29～30日         |   |                |        |                          |                 |                          |                 |                     |                 |       |   |
| 35 | 青色…特別練習会 黄色…時間変更等 |   |                |        | 特別練習1回                   |                 | 特別練習回 1回                 |                 | 特別練習 1回             |                 |       |   |