10/25更新

2026年11月選手コース練習予定表

		Sクラス		E1クラス		E2クラス		合宿・競技会・イベント
		AM	PM	AM	PM	AM	PM	
25	日	6:20-8:20		OFF		OFF		
26	月		18:50-20:50		18:50-20:15		17:40-18:50	
27	火	OFF		OFF		OFF		
28	水		18:50-20:50		18:50-20:20		18:50-20:00	
29	木		18:50-20:00		18:50-20:00		17:40-18:50	
30	金		18:50-20:20		18:50-20:00		17:40-19:10	東スイ招待(TAC)
31	土	競技会出場		8:00-9:15		7:00-8:20		休館日　東スイ招待(TAC)
11/1	日	競技会出場		競技会出場		競技会出場		東スイ招待(TAC)
2	月		18:50-20:50		18:50-20:15		17:40-18:50	東スイ招待(TAC)
3	火	OFF		OFF		OFF		東スイ招待(TAC)
4	水		18:50-20:50		18:50-20:20		18:50-20:00	
5	木		18:50-20:50		18:50-20:00		17:40-18:50	
6	金		18:50-20:50		18:50-20:00		17:40-19:10	
7	土	6:50-8:20			17:25-19:00	7:00-8:20		
8	日	競技会出場		競技会出場		競技会出場		都県選抜(京王アリーナ)
9	月		18:50-20:50		18:50-20:15		17:40-18:50	
10	火	OFF		OFF		OFF		
11	水		18:50-20:50		18:50-20:20		18:50-20:00	
12	木		18:50-20:50		18:50-20:00		17:40-18:50	
13	金		18:50-20:50		18:50-20:00		17:40-19:10	
14	土	6:50-8:20			17:25-19:00	7:00-8:20		
15	日	競技会出場		競技会出場		競技会出場		北部公認(小豆沢)
16	月		18:50-20:50		18:50-20:15		17:40-18:50	
17	火	OFF		OFF		OFF		
18	水		18:50-20:50		18:50-20:20		18:50-20:00	
19	木		18:50-20:50		18:50-20:00		17:40-18:50	
20	金		18:50-20:50		18:50-20:00		17:40-19:10	
21	土	6:20-8:20			17:25-19:00	7:00-8:20		
22	日	6:20-8:20		OFF		OFF		
23	月		18:50-20:50		18:50-20:15		17:40-18:50	
24	火	OFF		OFF		OFF		
25	水		18:50-20:50		18:50-20:20		18:50-20:00	
26	木		18:50-20:50		18:50-20:00		17:40-18:50	
27	金		18:50-20:20		18:50-20:00		17:40-19:10	
28	土	競技会出場		競技会出場		7:00-8:20	競技会出場	ブロック対抗(TAC)
29	日	競技会出場		競技会出場		競技会出場		ブロック対抗　ロンド祭
30	月		18:00-20:00		18:00-19:30		17:00-18:30	

※変更の可能性有りますのでご注意ください

練習時間等必ずご確認ください。ご不明な点は担当コーチまでお問い合わせください。