2月練習予定表

MON.	TUE.	WED.	THU.	FRI.	SAT.	SUN.
						1 敷島・午後練 14:00-17:00 基礎練 修正練 倉澤コーチ
2 敷島・夕方練 17:30-20:00 筋トレ 技術練	3 敷島・夕方練 17:30-20:00 基礎練 技術練	4	5 敷島・夕方練 17:30-20:00 筋トレ 技術練	6 敷島・夕方練 17:30-20:00 基礎練 技術練	7 長岡日帰り練習 6:30新前橋集合 19:30解散予定 解散場所 フォレストモール	8 敷島・午前練 8:30-12:30 修正練 基礎練
9 敷島・夕方練 17:30-20:00 筋トレ ウェイト 玲央X	10 敷島・夕方練 17:30-20:00 基礎練 技術練 玲央X	11 建国記念日 長岡日帰り練習 6:30新前橋集合 17:30頃到着予定 解散場所 フォレストモール 引率、岡部・倉澤	12	13 敷島・夕方練 17:30-20:00 筋トレ 技術練 玲央X	14 敷島・午後練 14:00-17:00 技術練 玲央X	15 日帰り長岡練習 6:30新前橋集合 20時頃到着予定 フォレストモール 解散
16	17 敷島・夕方練 17:30-20:00 筋トレ ウェイト 流希・千尋X	18	19 敷島・夕方練 17:30-20:00 筋トレ ウェイト 流希・千尋X	20 敷島・夕方練 17:30-20:00 基礎練 技術練 流希X	21 関東合同記録会(相模原) 6:30新前橋集合 19時頃解散予定(フォレストモール) 費用等は後日連絡いたします。 引率、岡部・倉澤	22
23 敷島・夕方練 17:30-20:00 修正練 基礎練 流希X	24 敷島・夕方練 17:30-20:00 基礎練 技術練 流希X	25	26 敷島・夕方練 17:30-20:00 筋トレ ウェイト 小保方先生訪問日 ※流希参加してほしい	27 敷島・夕方練 17:30-20:00 基礎練 技術練	28 千葉ダイビングフェスティバル(習志野) 6:30新前橋集合 19時頃解散予定(フォレストモール) 費用等は後日連絡いたします。	3/1