

2025年 1月Top・選手練習予定表

1月		TopA		TopB		選手A		選手B		1月	備考	
1日	水	OFF		OFF	OFF	OFF				1日	水	
2日	木			OFF	13:00-15:00	OFF				2日	木	
3日	金	8:00-11:00	15:00-18:00	6:00-8:30	13:00-15:30	6:00-8:30	13:00-15:00	8:30-10:00	15:00-17:00	3日	金	
4日	土	8:00-11:00	15:00-18:00	6:00-8:30	13:00-15:30	6:00-8:30	OFF	8:30-10:00	OFF	4日	土	
5日	日	6:00-9:00	16:00-18:00	6:00-8:30	14:00-16:00	6:00-8:30	14:00-16:00	8:30-10:00	16:00-17:30	5日	日	
6日	月	7:30-10:00	OFF	OFF	OFF	6:00-8:00	16:30-18:00	6:00-8:00	16:30-18:00	6日	月	
7日	火	OFF	OFF	OFF	17:40-20:00	OFF				7日	火	
8日	水	OFF	18:30-21:15	OFF	18:30-21:00	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	8日	水	
9日	木	OFF	18:30-21:15	OFF	18:30-21:00	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	9日	木	
10日	金	OFF	18:30-20:00	OFF	17:15-18:30 18:30-20:00	OFF	16:45-17:30 17:15-18:30	OFF	16:45-17:30 17:15-18:30	10日	金	
11日	土	A級大会		A級大会		A級大会		A級大会		11日	土	出ない者=8:00-9:00
12日	日									出ない者=OFF		
13日	月	OFF		OFF	OFF	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	13日	月	
14日	火	OFF	17:40-20:00	OFF	17:40-20:00	OFF				14日	火	
15日	水	OFF	18:30-21:15	OFF	18:30-21:00	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	15日	水	
16日	木	OFF	18:30-21:15	OFF	18:30-21:00	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	16日	木	
17日	金	OFF	18:30-21:15	OFF	18:30-21:00	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	17日	金	
18日	土	6:30-9:00	15:00-17:00	6:00-9:00	14:45-16:30	6:00-7:30 (2分50切ってる者)	14:30-16:00 (2分50切ってる者)	7:30-9:00	13:00-14:30	18日	土	
19日	日	7:00-9:00	OFF	7:00-9:00	OFF	7:00-9:00 (2分50切ってる者)	OFF	OFF	OFF	19日	日	シニア練習会
20日	月	OFF		OFF	OFF	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	20日	月	
21日	火	OFF	17:40-20:00	OFF	OFF	OFF				21日	火	
22日	水	OFF	18:30-21:15	OFF	18:30-21:00	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	22日	水	
23日	木	OFF	18:30-21:15	OFF	18:30-21:00	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	23日	木	
24日	金	OFF	18:30-21:15	OFF	18:30-21:00	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	24日	金	
25日	土	6:00-9:00	14:45-16:30	6:00-9:00	14:45-16:30	6:00-7:30 (2分50切ってる者)	14:30-16:00 (2分50切ってる者)	7:30-9:00	13:00-14:30	25日	土	
26日	日	6:00-9:00	OFF	6:00-9:00	OFF	8:00-9:30	OFF	8:00-9:30	OFF	26日	日	
27日	月	OFF		OFF	OFF	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	27日	月	
28日	火	OFF	17:40-20:00	OFF	17:40-20:00	OFF				28日	火	
29日	水	OFF	18:30-21:00	OFF	18:30-21:00	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	29日	水	
30日	木	OFF	18:30-21:00	OFF	18:30-21:00	OFF	17:00-19:00	OFF	17:25-19:00	30日	木	
31日	金	OFF	18:30-20:00	OFF	17:15-18:30 18:30-20:00	OFF	16:45-17:30 17:15-18:30	OFF	16:45-17:30 17:15-18:30	31日	金	