

1 月 練 習 計 画

2019 船橋ジュニア体操クラブ

1月		大会・行事	男 子			女 子			
			育成	選抜	選手	育成	特育	選抜	選手
1	火	元旦	明けましておめでとうございます！ 今年の目標をしっかりと決めて練習に臨みましょう！						
2	水								
3	木								
4	金								
5	土	練習初め	10:00集合！ お参り終了後トレーニング。14:00終了予定。						
6	日		14:00~16:00	13:00~17:00	13:00~17:00	9:00~11:00	11:00~13:30	13:00~17:00	13:00~17:00
7	月		休館日						
8	火		17:45~19:45	18:30~21:00	18:30~21:00		18:30~21:00	18:30~21:00	18:30~21:00
9	水			18:30~21:00	18:30~21:00	17:45~19:45		18:30~21:00	18:30~21:00
10	木			18:30~21:00	18:30~21:00			18:30~21:00	18:30~21:00
11	金				18:30~21:00	17:45~19:45	18:30~21:00		18:30~21:00
12	土		14:00~16:00	14:00~18:00	14:00~18:00	9:00~11:00	11:00~13:30	14:00~18:00	14:00~18:00
13	日		14:00~16:00	13:00~17:00	13:00~17:00	9:00~11:00	11:00~13:30	13:00~17:00	13:00~17:00
14	月		休館日						
15	火		17:45~19:45	18:30~21:00	18:30~21:00		18:30~21:00	18:30~21:00	18:30~21:00
16	水			18:30~21:00	18:30~21:00	17:45~19:45		18:30~21:00	18:30~21:00
17	木			18:30~21:00	18:30~21:00			18:30~21:00	18:30~21:00
18	金				18:30~21:00	17:45~19:45	18:30~21:00		18:30~21:00
19	土		14:00~16:00	14:00~18:00	14:00~18:00	9:00~11:00	11:00~13:30	14:00~18:00	14:00~18:00
20	日		14:00~16:00	13:00~17:00	13:00~17:00	9:00~11:00	11:00~13:30	13:00~17:00	13:00~17:00
21	月		休館日						
22	火		17:45~19:45	18:30~21:00	18:30~21:00		18:30~21:00	18:30~21:00	18:30~21:00
23	水			18:30~21:00	18:30~21:00	17:45~19:45		18:30~21:00	18:30~21:00
24	木			18:30~21:00	18:30~21:00			18:30~21:00	18:30~21:00
25	金				18:30~21:00	17:45~19:45	18:30~21:00		18:30~21:00
26	土		14:00~16:00	14:00~18:00	14:00~18:00	9:00~11:00	11:00~13:30	14:00~18:00	14:00~18:00
27	日		14:00~16:00	13:00~17:00	13:00~17:00	9:00~11:00	11:00~13:30	13:00~17:00	13:00~17:00
28	月		休館日						
29	火		17:45~19:45	18:30~21:00	18:30~21:00		18:30~21:00	18:30~21:00	18:30~21:00
30	水			18:30~21:00	18:30~21:00	17:45~19:45		18:30~21:00	18:30~21:00
31	木			18:30~21:00	18:30~21:00			18:30~21:00	18:30~21:00

※男子育成クラスの日曜日の時間帯を変更いたします。