S.A.N AC 陸上 11月練習予定表

今月の目標【打倒!弱い自分!】

冬季練習開幕です!弱い自分に打ち勝って頑張っていきましょう!

【低学年】(1~4年生)

	【低字年】(1~4年生)				
日にち	曜日	時間	場所	備考	
1日	±	9:00~11:00	真鍋		
2日	ш	9:00~11:00	川口		
3日	月				
4日	火				
5日	水				
6日	木				
7日	金				
8日	±	9:00~11:00	真鍋		
9日	日	9:00~11:00	さくら		
10日	月				
11日	火				
12日	水				
13日	木				
14日	金				
15日	±	9:00~11:00	真鍋		
16日	B	9:00~11:00	川口		
17日	月				
18日	火				
19日	水				
20日	木				
21日	金				
22日	±	9:00~11:00	真鍋		
23日	B		勤労感	射の日	
24日	月				
25日	火				
26日	水				
27日	木				
28日	金				
29日	±	9:00~11:00	真鍋		
30日	B	9:00~11:00	真鍋		

【会場一覧】				
真鍋小	真鍋小学校	土浦市真鍋4-3-1		
栗原小	栗原小学校	つくば市栗原2018		
さくら	さくら運動公園	つくば市流星台63		
ЛΠ	川口運動公園	土浦市川口2-12-75		
笠松	笠松運動公園	ひたちなか市佐和2197-28		

【喜学年】(5年~大人)

【高学年】		(5年~大人)		
日にち	曜日	時間	場所	備考
1日	±	13:30~16:00	さくら	
2日	日	13:30~16:00	ЛΠ	
3日	月	9:00~11:00	秀峰	
4日	火			
5日	水			
6日	*			
7日	金			
8日	±	13:30~16:00	川口	
9日	H	13:30~16:00	川口	
10日	月			
11日	火			
12日	水			
13日	*			
14日	金			
15日	±	13:30~16:00	さくら	
16日	ш	13:30~16:00	口	
17日	月			
18日	火			
19日	水			
20日	木			
21日	金			
22日	±	13:30~16:00	さくら	
23日	ш		勤労感認	射の日
24日	月			
25日	火			
26日	水			
27日	木			
28日	金			
29日	±	13:30~16:00	ЛΠ	
30日	日	13:30~16:00	さくら	
	_			

【連絡事項】 ①※に関してご不明な場合はLINEもしくは080-7518-0717(イシワタリ)ま でご連絡ください。 ②変更があった場合は<mark>赤字</mark>で訂正致しお知らせ致します。

日にも 報日 時間 場所 偏考 1日 土 2日 日 3日 月 4日 火 18:00~20:00 栗原 5日 水 18:00~20:00 栗原 6日 十 10:00~12:00 川口 10:00 月 11日 火 18:00~20:00 栗原 12日 水 18:00~20:00 栗原 12日 水 18:00~20:00 栗原 13日 十 10:00~12:00 支ぐら 18:00~20:00 栗原 14日 金 15日 土 16日 日 17日 月 18日 火 18:00~20:00 栗原 20日 十 10:00~12:00 栗原 21日 金 22日 土 23日 日 22日 土 23日 日 22日 土 25日 火 18:00~20:00 栗原 22日 土 27日 十 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 22日 土 22日 土 22日 土 22日 十 10:00~20:00 栗原 22日 十 10:00~12:00 栗原 22日 十 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 22日 土 22日 土 22日 土 22日 十 10:00~12:00 栗原 22日 土 22日 22日		【育成・大人】				
日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	日にち	曜日	時間	場所	備考	
3日 月 18:00~20:00 栗原 19:00~12:00 栗原 10:00~12:00 栗原 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 10日 月 10日 月 10日 11日 火 18:00~20:00 栗原 11日 火 18:00~20:00 栗原 11日 火 18:00~20:00 栗原 11日 土 11日 11日 土 11日 土 11日 土 11日 土 11日 土 11日 土 11日 11日 土 11日 11日 土 11日 土 11日 土 11日 土 11日 土 11日 土 11日 11日 土 11日 11日 土 11日 土 11日 土 11日 土 11日 土 11日 土 11日 11日 土 11日 11日 土 11日 土 11日 土 11日 土 11日	1日	±				
## 18:00~20:00 栗原 10:00~12:00 栗原 10:00~12:00 栗原 10日 大	2日	ш				
5日 水 18:00~20:00 栗原 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 7日 金 10:00~12:00 栗原 10日 月 11日 火 18:00~20:00 栗原 12日 水 18:00~20:00 栗原 13日 土 10:00~12:00 菅原 14日 金 15日 土 16日 日 17日 月 18日 火 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 10:00~12:00 門口 18:00~20:00 栗原 10:00~12:00 門 10:00~12:00 門口 18:00~20:00 栗原 10:00~12:00 門口 18:00~12:00	3日	円				
日日 十 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 10日 月 10日 月 10日 日 11日 火 18:00~20:00 栗原 10:00~12:00 東原 10:00~12:00 栗原 11日 土 11日 大 18:00~20:00 栗原 11日 土 11日 大 18:00~20:00 栗原 11日 土 11日 大 18:00~20:00 栗原 11日 土 11日 土 11日 日 11日 土 11日 土 11日 日 11日 土	4日	火	18:00~20:00	栗原		
日日 本 18:00~20:00 栗原 7日 金 10:00~20:00 栗原 11日 火 18:00~20:00 栗原 12日 水 18:00~20:00 栗原 14日 金 15日 土 16日 日 17日 月 18日 火 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 20日 土 22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 26日 土 26日	5日	水	18:00~20:00	栗原		
18:00~20:00 栗原 18:00~20:00 栗原 11日 火 18:00~20:00 栗原 11日 火 18:00~20:00 栗原 12日 水 18:00~20:00 栗原 14日 金 15日 土 16日 日 17日 月 18日 火 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 19日 土 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 19日 土 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 19日 土 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 19日 土 19:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 19:00~12:00 川口 18:00~20:00 平原 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~12:00 19:00~	6 日	*	10:00~12:00	川口		
8日 土 9日 日 10日 月 11日 火 18:00~20:00 栗原 12日 水 18:00~20:00 栗原 13日 ት 18:00~20:00 栗原 14日 金 15日 土 16日 日 17日 月 18日 火 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 20日 十 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 21日 金 22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 十 28日 28日 金 29日 土	О Д	71	18:00~20:00	栗原		
9日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	7日	金				
10日 月 11日 火 18:00~20:00 栗原 12日 水 18:00~20:00 栗原 13日 十 16日 日 17日 月 18日 火 18:00~20:00 栗原 14日 金 17日 月 18日 火 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 20日 十 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 21日 金 22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 十 27日 東原 27日 十 27日 10:00~20:00 栗原 27日 18:00~20:00 栗原 28日	8日	±				
11日 火 18:00~20:00 栗原 12日 水 18:00~20:00 栗原 13日 木 10:00~12:00 さくら 18:00~20:00 栗原 14日 金	9日	ш				
12日 水 18:00~20:00 栗原 13日 本 10:00~12:00 さくら 14日 金 第原 15日 土 16日 日 17日 月 800~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 20日 本 10:00~12:00 川口 21日 金 第四 22日 土 23日 日 24日 月 第原 26日 水 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 未 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 27日 未 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 9日	10日	月				
13日 十 10:00~12:00 さくら 18:00~20:00 栗原 14日 金 15日 土 16日 日 17日 月 18日 火 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 20日 十 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 21日 金 22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 26日 ホ 18:00~20:00 栗原 26日 ホ 18:00~20:00 栗原 26日 ホ 26日 金 26日 土 26日 土 26日 金 26日 土 26日 金 26日 土 26日	11日	火	18:00~20:00	栗原		
13日 木 18:00~20:00 栗原 14日 金 第 15日 土 16日 日 17日 月 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 20日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 21日 金 22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	12日	水	18:00~20:00	栗原		
18:00~20:00 栗原	120	*	10:00~12:00	さくら		
15日 土 16日 日 17日 月 18日 火 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 20日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 21日 金 22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 28日 金 29日 土	130	小	18:00~20:00	栗原		
16日日日 17日月 18日火 18:00~20:00 栗原 19日水 18:00~20:00 栗原 20日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 21日金 22日土 23日日 日 24日月 25日火 18:00~20:00 栗原 26日水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日金 29日土	14日	金				
17日 月 18日 火 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 20日 十 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 21日 金 22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 十 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	15日	±				
18日 火 18:00~20:00 栗原 19日 水 18:00~20:00 栗原 20日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 21日 金 22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	16日	日				
19日 水 18:00~20:00 栗原 20日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 21日 金 22日 土 23日 日 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	17日	月				
20日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 21日 金 22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	18日	火	18:00~20:00	栗原		
20日 木 18:00~20:00 栗原 21日 金 栗原 22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	19日	水	18:00~20:00	栗原		
18:00~20:00 栗原 21日 金 22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	200	木	10:00~12:00	끼ㅁ		
22日 土 23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	200		18:00~20:00	栗原		
23日 日 24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	21日	金				
24日 月 25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	22日	±				
25日 火 18:00~20:00 栗原 26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	23日	日				
26日 水 18:00~20:00 栗原 27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	24日	月				
27日 木 10:00~12:00 川口 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	25日	火	18:00~20:00	栗原		
27日 木 18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	26日	水	18:00~20:00	栗原		
18:00~20:00 栗原 28日 金 29日 土	27日	木	10:00~12:00	川口		
29日 土			18:00~20:00	栗原		
	28日	金				
30日 日	29日	±				
	30日	B				