

8月の予定表					
目標 : 試合を想定し追い込む					
日	曜日	予定	備考	トレーニング	パターン
1日	火	練習16:50~			短時間
2日	水	練習16:50~	テスト開始		短時間
3日	木	練習16:50~			短時間
4日	金	OFF			
5日	土	練習10:00~			A
6日	日	OFF			
7日	月	OFF	警報のため		
8日	火	練習16:50~			A
9日	水	練習16:50~	テスト終了		A
10日	木	OFF			
11日	金	出稽古@和工	武道場使用不可		A
12日	土	出稽古@大市大	武道場使用不可		A
13日	日	OFF			
14日	月	練習10:00~			B
15日	火	練習10:00~			B
16日	水	練習10:00~			
17日	木	OFF			
18日	金	練習10:00~			B
19日	土	練習10:00~			C
20日	日	近国@大教大			
21日	月	OFF			
22日	火	練習9:00~		11:00~	A
23日	水	練習10:00~			A
24日	木	OFF			
25日	金	練習9:00~		11:00~	A
26日	土	練習10:00~			A
27日	日	OFF			
28日	月	練習9:00~		11:00~	A
29日	火	練習10:00~			B
30日	水	練習10:00~			B
31日	木	OFF			
1日	金	練習10:00~			C