

11月練習計画(中学生・小学生)

目標

スケーティングを意識しながら滑りこもう

日	曜	場所	時間	中学生	時間	小学生	行事等	
1	水							
2	木	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
3	金	エムウェーブ	5:30~10:00	陸上練習&氷上練習	11:30~14:00	陸上練習&氷上練習		
4	土	エムウェーブ	5:30~10:00	陸上練習&氷上練習	11:30~14:00	陸上練習&氷上練習		
5	日							
6	月	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
7	火	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
8	水							
9	木	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
10	金	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
11	土	エムウェーブ	5:30~10:00	陸上練習&氷上練習	8:30~12:00	陸上練習&氷上練習		
12	日							
13	月	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
14	火	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
15	水							
16	木	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
17	金	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
18	土	エムウェーブ	5:30~10:00	陸上練習&氷上練習	11:30~14:00	陸上練習&氷上練習		
19	日							
20	月	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
21	火	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
22	水							
23	木	エムウェーブ	5:30~10:00	陸上練習&氷上練習	11:30~14:00	陸上練習&氷上練習		
24	金	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
25	土	エムウェーブ	エムウェーブ記録会・小海町長杯					
26	日							
27	月	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
28	火	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		
29	水							
30	木	エムウェーブ	19:00~21:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習		

- ・小学生の休日の練習は小中学生の選手の時間帯に行います。
- ・25日(土)は、記録会が朝行われます。詳しくは後日連絡があります。また、25日(土)には小海町長杯があります。小海町長杯に出場しない選手は記録会に参加してください。
- ・各種大会の要項、申込み用紙を順次配付していきます。クラブ内の提出締切を確認しながら、必要な手続きを進めてください。学校長の職印が必要な場合がありますので同じ学校で複数家庭ある場合はお互いに話をして進めてください。また、期日に間に合いそうにない場合は中山に相談して下さい。