

		中、高生	練習場所（仮）	小学生	練習場所（仮）	
7	1	水	自主練		自主練	
	2	木	18:00～20:00		18:00～20:00	
	3	金	18:00～20:00		18:00～20:00	
	4	土	8:00～11:00	リバフロ	8:00～11:00	リバフロ
	5	日	休養		休養	
	6	月	18:00～20:00		18:00～20:00	小山不在
	7	火	18:00～20:00	東和田運動公園	18:00～20:00	
	8	水	18:00～20:00		自主練	
	9	木	18:00～20:00		18:00～20:00	東和田運動公園
	10	金	18:00～20:00	東和田運動公園	18:00～20:00	東和田運動公園
	11	土	8:00～11:00	リバフロ	8:00～11:00	リバフロ
	12	日	休養		休養	
	13	月	18:00～20:00		18:00～20:00	小山、両角不在
	14	火	18:00～20:00		18:00～20:00	
	15	水	自主練		自主練	
	16	木	18:00～20:00		18:00～20:00	東和田運動公園
	17	金	18:00～20:00		18:00～20:00	東和田運動公園
	18	土	8:00～11:00		8:00～11:00	小山、両角不在
	19	日	マラソン大会		休養	マラソン大会
	20	月	自主練		8:00～11:00	リバフロ
	21	火	18:00～20:00		18:00～20:00	
	22	水	18:00～20:00		自主練	
	23	木	自主練		18:00～20:00	東和田運動公園
	24	金	18:00～20:00	東和田運動公園	18:00～20:00	東和田運動公園
	25	土	8:00～11:00		8:00～11:00	
	26	日	休養		休養	
	27	月	18:00～20:00		18:00～20:00	
	28	火	18:00～20:00		18:00～20:00	
	29	水	自主練		自主練	
	30	木	18:00～20:00		18:00～20:00	東和田運動公園
	31	金	18:00～20:00		18:00～20:00	東和田運動公園

※小学生の練習場所が一部、東和田運動公園に変更しておりますので、ご了承ください。

※気温が高くなってきますので、水分を多めに持参するようお願いします。

※夏バテ予防と来月の合宿に向けて、各ご家庭でしっかり食事を取るようお願いします。