

12月の
目標

大会でのアップやダウンをしっかりとやろう
大きな声であいさつ、返事をしよう

月	日	曜	練習時間	集合場所	内容	備考
12	1	水				
	2	木	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	3	金	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	4	土	13:00~16:00	エムウェーブ	氷上練習	小海町長杯
	5	日				やまびこカップ
	6	月	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	7	火	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	8	水				
	9	木	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	10	金	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	11	土	13:00~16:00	エムウェーブ	氷上練習	松原湖大会 中学生
	12	日				
	13	月	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	14	火	18:00~20:00	エムウェーブ	陸トレ 県高スケート大会観戦	
	15	水				
	16	木	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	17	金	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	18	土	13:00~16:00	エムウェーブ	氷上練習	
	19	日				
	20	月	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	21	火	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	22	水				
	23	木	13:00~16:00	エムウェーブ	氷上練習	
	24	金	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	25	土	13:00~16:00	エムウェーブ	氷上練習	県ジュニア 岡谷
	26	日				
	27	月	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	28	火	18:00~20:00	エムウェーブ	氷上練習	
	29	水				
	30	木	17:00~19:00	エムウェーブ	氷上練習	
	31	金				

- ・ 中学生は、連盟登録者の時間帯で練習をすることがあります。別に連絡します。
- ・ 14日は、高校生の大会のため陸トレを行います。競技の進行を見ながら、観戦も行います。防寒対策もしておいてください。
- ・ 年末については、近くなってから再度連絡をします。