

# 11月練習計画

## 目標 大会に向け、集中して練習に取り組もう

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

- ・中学生と小学生で練習終了時間が違いますのでご注意ください
- ・小学生の練習内容により多少練習時間が延びることがあります。
- ・26日(土)に記録会を予定しています。時間など詳細については後日連絡いたします。(開始時刻が早まることもあります)