

12月練習計画

目標

大会結果を反省し、次につながる練習をしよう

日	曜	場所	時間	中学生	時間	小学生	行事等
1	木	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	
2	金	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	
3	土	小海町長杯			小海町長杯		
4	日	やまびこカップ			やまびこカップ		
5	月	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	
6	火	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	高校中学選抜
7	水						高校中学選抜
8	木	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	
9	金	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	中南信
10	土	松原湖大会			13:00~16:00	氷上練習	
11	日	松原湖大会					
12	月	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	県中
13	火	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	軽井沢
14	水						高校総体
15	木	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	高校総体 東北信
16	金	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	
17	土	エムウェーブ	13:00~16:00	氷上練習	13:00~16:00	氷上練習	
18	日						
19	月	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	
20	火	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	
21	水						
22	木	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	
23	金	エムウェーブ	13:00~16:00	氷上練習	13:00~16:00	氷上練習	国体予選
24	土	長野県ジュニア			長野県ジュニア		
25	日						
26	月	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	
27	火	エムウェーブ	18:00~20:30	氷上練習	18:00~20:00	氷上練習	
28	水						
29	木	エムウェーブ	6:00~9:00	氷上練習		自主練習	
30	金	エムウェーブ	6:00~9:00	氷上練習		自主練習	
31	土	自主練習			自主練習		

- ・大会が始まります。体調を崩さず今もっている力を十分発揮できるようにしましょう。
- ・年末年始は自主練習の予定です。各自計画的に練習しましょう。
- ・本年度、大会日の練習は行いません。大会不参加者は自主練習をしましょう。