

# 11月練習計画

目標 時間を大切にして、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	木	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
2	金	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	県強化合宿
3	土	エムウェーブ	6:00～ 9:30	氷上練習	10:00～13:00	氷上練習	県強化合宿
4	日						県強化合宿
5	月	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
6	火	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
7	水						
8	木	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
9	金	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
10	土	エムウェーブ	6:00～ 9:30	氷上練習	9:00～12:00	氷上練習	
11	日						
12	月	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
13	火	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
14	水						
15	木	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
16	金	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
17	土	エムウェーブ	6:00～ 9:30	氷上練習	8:00～11:00	氷上練習	
18	日						
19	月	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
20	火	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
21	水						
22	木	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
23	金	エムウェーブ	6:00～ 9:30	氷上練習	8:00～11:00	氷上練習	
24	土	エムウェーブ	5:30～10:00	記録会	5:30～10:00	記録会	
25	日						
26	月	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
27	火	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
28	水						
29	木	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	氷上練習	
30	金	エムウェーブ	19:00～21:30	氷上練習	18:30～20:30	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。
- ・土曜日、小学生の練習時間が日によって異なりますのでご注意ください。
- ・24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。
- ・中学生の強化選手は2～4日に強化合宿があります。