

11月練習計画(中学生・小学生)

目標

スケーティングを意識しながら滑りこもう

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

- ・小学生の休日の練習は小中学生の選手の時間帯に行いますので、土曜日がなく、日曜日に練習のがあります。
- ・21日(土)は、記録会が朝行われます。詳しくは後日連絡があります。
- ・28日(土)は、小中学生の選手の時間帯がありませんが、翌日はやまびこカップの大会がありますので、夕方的一般営業の時間に小学生の練習を行います。