

2月練習計画(中学生・小学生)

目標 来シーズンにつながるようにスケーティングを意識して練習しよう

日	曜	場所	時間	中学生	時間	小学生	行事等
1	水	エムウェーブ	18:00~20:00	陸上練習&氷上練習	18:00~20:00	陸上練習&氷上練習	滑走18:30~19:30
2	木	エムウェーブ	18:00~20:00	陸上練習&氷上練習	18:00~20:00	陸上練習&氷上練習	滑走18:30~19:30
3	金	エムウェーブ	全中スケート大会				
4	土						全中スケート大会
5	日						
6	月						
7	火	エムウェーブ			18:30~20:30	陸上練習&氷上練習	滑走19:00~20:00
8	水	エムウェーブ		18:30~20:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習
9	木	エムウェーブ	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習	18:30~20:30	陸上練習&氷上練習	滑走19:00~20:00
10	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	高校選抜
11	土	エムウェーブ	6:00~10:30	陸上練習&氷上練習	16:00~18:30	陸上練習&氷上練習	川上大会 東日本ジュニア
12	日						センター杯 東日本ジュニア
13	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	
14	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	
15	水	エムウェーブ	18:00~20:00	陸上練習&氷上練習	18:00~20:00	陸上練習&氷上練習	
16	木						
17	金						エムウェーブ競技会
18	土						
19	日						
20	月	エムウェーブ	18:00~20:00	陸上練習&氷上練習	18:00~20:00	陸上練習&氷上練習	
21	火	エムウェーブ	18:00~20:00	陸上練習&氷上練習	18:00~20:00	陸上練習&氷上練習	
22	水						
23	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	
24	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	
25	土	エムウェーブ	6:00~10:30	陸上練習&氷上練習		自主練習	
26	日						
27	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	
28	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	

- ・ 大会等により練習時間が変則になります。確認のうえ練習時間を間違えないようにしてください。
- ・ 長野市スケート入会申し込みが2月13日(火)です。基本的には全員参加です。難しい場合は相談してください。