

第35回陸上教室 練習カレンダー

木曜日 はアドバンスクラス
金曜日 は長距離クラス

4月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
通常練習				アドバンス	長距離	通常練習

6月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				アドバンス	長距離	
4	5	6	7	8	9	10
通常練習				アドバンス	長距離	通常練習
11	12	13	14	15	16	17
				アドバンス	長距離	通常練習
18	19	20	21	22	23	24
				アドバンス	長距離	通常練習
25	26	27	28	29	30	
				アドバンス	長距離	

8月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
				アドバンス	長距離	大会
6	7	8	9	10	11	12
				アドバンス	長距離	
13	14	15	16	17	18	19
				アドバンス	長距離	通常練習
20	21	22	23	24	25	26
				アドバンス	長距離	通常練習
27	28	29	30	31		
				アドバンス		

10月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
				アドバンス	長距離	大会
8	9	10	11	12	13	14
				アドバンス	長距離	記録会
15	16	17	18	19	20	21
通常練習				アドバンス	長距離	
22	23	24	25	26	27	28
通常練習				アドバンス	長距離	
29	30	31				
通常練習						

12月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
						通常練習
3	4	5	6	7	8	9
						通常練習
10	11	12	13	14	15	16
						通常練習
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

2月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
						練習会
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
						通常練習
25	26	27	28			

5月

日	月	火	水	木	金	土
30	1	2	3	4	5	6
			大会	大会		
7	8	9	10	11	12	13
通常練習				アドバンス	長距離	
14	15	16	17	18	19	20
通常練習				アドバンス	長距離	通常練習
21	22	23	24	25	26	27
				アドバンス	長距離	
28	29	30	31			
通常練習						

7月

日	月	火	水	木	金	土
						1
						通常練習
2	3	4	5	6	7	8
				アドバンス	長距離	通常練習
9	10	11	12	13	14	15
大会				アドバンス	長距離	通常練習
16	17	18	19	20	21	22
				アドバンス	長距離	通常練習
23	24	25	26	27	28	29
				アドバンス	長距離	通常練習
30	31					
大会						

9月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					長距離	通常練習
3	4	5	6	7	8	9
				アドバンス	長距離	通常練習
10	11	12	13	14	15	16
大会				アドバンス		大会・練習
17	18	19	20	21	22	23
				アドバンス	長距離	大会・記録会
24	25	26	27	28	29	30
				アドバンス	長距離	通常練習

11月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				アドバンス	記録会	
5	6	7	8	9	10	11
通常練習				アドバンス	長距離	講習会
12	13	14	15	16	17	18
FMラッソ					長距離	
19	20	21	22	23	24	25
通常練習					長距離	
26	27	28	29	30		
講習会						

1月

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
						通常練習
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
						通常練習
28	29	30	31			

3月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
						通常練習
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
修了式						
25	26	27	28	29	30	31