

# 7月 練習計画表

日	月	火	水	木	金	土
			1 医技短 14:00～17:00	2 出水中 19:30～21:30	3	4 ビーチバレー in 芦北 
5 ビーチバレー 	6 医技短 17:00～20:00	7	8 医技短 14:00～17:00	9 出水中 19:30～21:30	10	11 練習試合 @ 和水町体育館 12:00～17:00
12	13 医技短 17:00～20:00	14	15 医技短 14:00～17:00	16 出水南中 19:30～21:30	17	18 練習試合 vs 福大・鹿大
19	20 練習試合 (予定) vs 分大	21	22 医技短 14:00～17:00	23	24	25 医技短 9:00～12:00
26	27 医技短 13:00～16:00	28	29 医技短 14:00～17:00	30	31	

8/7 西医体出発日

8/8～10 西医体 in 大阪

8/11～9/1 オフ期間(自主練あるかも)

夏だ！海だ！ビーチバレーだ！☀

というわけで行ける皆さんは存分に楽しみましょー＼(^o^)/  
さて、西医体まであと1ヶ月と少しとなりました。

1回1回の練習で問題点を見つけて確実につぶす意識で取り組みましょー(´・ω・｀)

7月は西医体前ということで練習が多めで練習着やサポーターのお洗濯が大変だと思いま  
すがよろしくお願ひします！頑張りましょー！