

# 8月 練習計画表

日	月	火	水	木	金	土
31	1 江南中 19:30~21:30	2	3	4 一新小 19:30~21:30	5	6 薬学部 13:00~16:00
7	8 江南中 19:30~21:30	9 薬学部 (自主練) 18:00~21:00	10	11 グリーンパルス 13:00~16:00	12 練習試合 @久留米大 10:00~14:00	13 お休み
14	15 薬学部 13:00~16:00	16 薬学部 (自主練) 18:00~21:00	17 薬学部 8:30~10:00	18 西医体 出発日	19 西医体	20 西医体
21 西医体	22	23	24	25	26	27
← オフ (~9/16) →						
28	29	30	31			
→						

西医体まで残り1カ月を切りました！！

残った期間を使って、特に個人個人の意識で改善できることを見つけて取り組んでいきましょう(´ー´)ノ

体調管理やけがには十分に注意してください(>\_<)

最初と比べて本当によくなってきていると思うので、西医体に向けて盛り上がっていきましょう\(^o^)/

※赤文字は配布した計画表から変更されている部分です。

## ★予定

8/6 西医体決起飲み

8/19~21 西医体

8/22~9/16 オフ期間

(9月は自主練あるかも...)

9/23~25 黒川合宿

10/2 県リーグ