

2026年6月度 予定表

※2026年5月20日(水)公開

●練習前に各自で陸上トレーニングを実施(選手:45分/選手育成:30分(木・土・祝日は除く)/育成:15分) ●練習後に各自でストレッチを実施(選手:20分/選手育成 :10分)

日	曜日	選手 時間	選手育成 時間	育成 時間	備考
1	月	OFF	OFF	17:00-18:00	
2	火	19:00-21:00	18:00-19:30	17:00-18:00	
3	水	19:00-21:00	18:00-19:30	OFF	
4	木	18:00-20:00	18:00-19:30	17:00-18:00	
5	金	OFF	OFF	OFF	
6	土	7:30-9:00/16:30-18:00	16:30-18:00	15:30-16:30	
7	日	OFF	OFF	OFF	
8	月	19:00-21:00	18:00-19:30	17:00-18:00	
9	火	19:00-21:00	18:00-19:30	17:00-18:00	
10	水	19:00-21:00	18:00-19:30	OFF	
11	木	18:00-20:00	18:00-19:30	17:00-18:00	
12	金	OFF	OFF	OFF	
13	土	7:30-9:00/16:30-18:00	16:30-18:00	15:30-16:30	県中学
14	日	OFF	OFF	OFF	県中学
15	月	19:00-21:00	18:00-19:30	17:00-18:00	
16	火	19:00-21:00	18:00-19:30	17:00-18:00	
17	水	19:00-21:00	18:00-19:30	OFF	
18	木	18:00-20:00	18:00-19:30	17:00-18:00	
19	金	OFF	OFF	OFF	
20	土	7:30-9:00/16:30-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00	通信記録会：自由形
21	日	OFF	OFF	OFF	
22	月	19:00-21:00	18:00-19:30	17:00-18:00	
23	火	19:00-21:00	18:00-19:30	17:00-18:00	
24	水	19:00-21:00	18:00-19:30	OFF	
25	木	18:00-20:00	18:00-19:30	17:00-18:00	
26	金	OFF	OFF	OFF	
27	土	県選手権	※16:30-18:00	15:30-16:30	県選手権
28	日		※OFF	OFF	県選手権
29	月	OFF	※18:00-19:30	17:00-18:00	
30	火	19:00-21:00	18:00-19:30	17:00-18:00	

※選手育成で県選手権の標準を突破している選手は27日・28日は試合。29日(月)はOFF
(スケジュールが変更する場合がありますのでご了承ください。)