

# 2026年 1月Top・選手練習予定表

1月		TopA		TopB		選手A		選手B		1月	備考	
1日	木	OFF		OFF		OFF		OFF		1日	木	
2日	金	OFF		OFF		OFF		OFF		2日	金	
3日	土	8:00-10:00	14:00-16:00	8:00-10:00	14:00-16:00	10:00-12:00	16:00-18:00	10:00-12:00	16:00-18:00	3日	土	
4日	日	7:00-9:00	14:00-16:00	7:00-9:00	14:00-16:00	9:00-11:00	16:00-18:00	9:00-11:00	16:00-18:00	4日	日	
5日	月	6:30-8:30	14:00-16:00	6:30-8:30	14:00-16:00	8:00-10:00	16:00-18:00	8:00-10:00	16:00-18:00	5日	月	
6日	火	8:00-10:00	OFF	8:00-10:00	OFF	8:00-10:00	OFF	OFF		6日	火	
7日	水	OFF	18:30-20:20	OFF	18:30-20:20	OFF	17:00-18:30	OFF	17:00-18:30	7日	水	
8日	木	OFF	18:30-20:30	OFF	18:30-20:30	OFF	17:00-18:30	OFF	17:00-18:30	8日	木	
9日	金	OFF	18:30-20:00	OFF	18:30-20:00	OFF	17:30-18:30	OFF	17:30-18:30	9日	金	
10日	土	大会		大会		大会		大会		10日	土	A級大会
11日	日	大会		大会		大会		大会		11日	日	A級大会
12日	月	OFF		OFF		OFF		OFF	17:00-19:00	12日	月	
13日	火	OFF	18:00-20:00	OFF	18:00-20:00	OFF	18:00-20:00	OFF		13日	火	
14日	水	OFF	18:30-21:00	OFF	18:30-20:30	OFF	17:00-19:00	OFF	17:00-18:30	14日	水	
15日	木	OFF	18:30-21:00	OFF	18:30-20:30	OFF	17:00-19:00	OFF	17:00-18:30	15日	木	
16日	金	OFF	18:30-21:00	OFF	18:30-20:30	OFF	17:00-19:00	OFF	17:00-18:30	16日	金	
17日	土	6:30-9:00	15:00-17:00	6:30-9:00	15:00-17:00	6:30-8:00	13:00-15:00	6:30-8:00	OFF	17日	土	
18日	日	6:00-9:00	OFF	6:00-8:00	OFF	8:00-9:30	OFF	8:00-9:30	OFF	18日	日	
19日	月	OFF		OFF		OFF		OFF	17:00-19:00	19日	月	
20日	火	OFF	18:00-20:00	OFF	18:00-20:00	OFF	18:00-20:00	OFF		20日	火	
21日	水	OFF	18:30-21:00	OFF	18:30-20:30	OFF	17:00-19:00	OFF	17:00-18:30	21日	水	
22日	木	OFF	18:30-21:00	OFF	18:30-20:30	OFF	17:00-19:00	OFF	17:00-18:30	22日	木	
23日	金	OFF	18:30-21:00	OFF	18:30-20:30	OFF	17:00-19:00	OFF	17:00-18:30	23日	金	
24日	土	6:30-9:00	15:00-17:00	6:30-9:00	15:00-17:00	6:30-8:00	13:00-15:00	6:30-8:00	OFF	24日	土	
25日	日	6:00-9:00	OFF	6:00-8:00	OFF	8:00-9:30	OFF	8:00-9:30	OFF	25日	日	
26日	月	OFF		OFF		OFF		OFF	17:00-19:00	26日	月	
27日	火	OFF	18:00-20:00	OFF	18:00-20:00	OFF	18:00-20:00	OFF		27日	火	
28日	水	OFF	18:30-21:00	OFF	18:30-20:30	OFF	17:00-19:00	OFF	17:00-18:30	28日	水	
29日	木	OFF	18:30-21:00	OFF	18:30-20:30	OFF	17:00-19:00	OFF	17:00-18:30	29日	木	
30日	金	OFF	18:30-20:00	OFF	18:30-20:00	OFF	17:30-18:30	OFF	17:30-18:30	30日	金	
31日	土	大会		大会		大会				31日	土	JO予選

朝練の開門時間は練習開始の15分前です。必要以上に早く来ないで下さい。