

2023年 2月分

日	月	火	水	木	金	土		
			1	2	3	4		
			R7 : 00 MT13 : 30	MT9 : 00 WT14 : 30 WT16 : 00	R7 : 00 日大出稽古	WT7 : 00 WT8 : 00 MT13 : 30		
					高校関東 東北・九州			
5	6	7	8	9	10	11		
休	み	MT9 : 00 WT14 : 30 WT16 : 00	MT9 : 00 WT14 : 30 WT15 : 30	WT7 : 00 WT8 : 00 MT13 : 30	R7 : 00 日大出稽古	休	み	S7 : 00 MT13 : 30
高校関東 東北・九州 選	秋田合宿(学生3名参加)							
12	13	14	15	16	17	18		
MT10 : 10				休	み	MT10 : 10	R7 : 00 MT15 : 00	
	育英大合宿					合宿のため 新入生一時		
19	20	21	22	23	24	25		
			休	み	R 測定 7 : 00 MT13 : 30	MT9 : 00 WT 測定 14 : 30 WT 測定 15 : 30	S7 : 00 MT13 : 30	
日体大大合宿			新入生参加					
26	27	28						
MT10 : 10	休	み	休	み				
新入生解散								
					MT⇒マット:道場 WT⇒ウェイト:トレセン R⇒ロード:寮 S⇒サッカー			

