

チームの心構え！「時を守り」「場を清め」「礼を正す」

自分に限界をつくるな！ チャレンジできる人間になろう！

月	日	曜	朝	活動時間	活動内容・場所	準備物	備考
11	1	木	-	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	2	金	-	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	3	土	-	8:30～12:00	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	4	日	-	off			
	5	月	-	off			
	6	火	-	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	7・8年実力テスト・9年学診
	7	水	-	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	8	木	-	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	9	金	-	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	10	土	-	学校来日 7:10 帰校予定未 定	桜川市長杯 @桜川市総合運動公園	ユニホーム レガース・ソックス タオル・着替え・水筒・弁当	
	11	日	-		桜川市長杯 1日目の結果による	ユニホーム レガース・ソックス タオル・着替え・水筒・弁当	
	12	月	-	off			
	13	火	-	15:10～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	短縮日課 教育相談期間
	14	水	-	15:10～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	短縮日課 教育相談期間
	15	木	-	15:10～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	短縮日課 教育相談期間
	16	金	-	15:10～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	短縮日課 教育相談期間
	17	土	-	off			テスト3日前
	18	日	-	off			テスト2日前
	19	月	-	off			テスト1日前
	20	火	-	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	実力テスト
	21	水	-	15:10～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	22	木	-	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	23	金	-	8:30～12:00	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	勤労感謝の日

24	土	-	off			
25	日	-	off			トレセンマッチデー
26	月	-	off			
27	火	-	15:40~16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
28	水	-	15:40~16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
29	木	-	15:40~16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	水泳学習7年
30	金	-	15:40~16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	水泳学習7年
12	1	土	8:30~12:00	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	2	日	off			
	3	月	off			
	4	火	15:40~16:20	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	5	水	15:40~16:20	体力向上タイム・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え	
	6	木	15:40~16:20	体力向上タイム・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え	
	7	金	15:40~16:20	体力向上タイム・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え	
	8	土	-			
	9	日	-			
	10	月	-			

がんばろうニッポン