練習計画表

2025			イベント	長嶺	あぴか	一の宮	スキル	えがスタ	跳躍
	1	日	高校総体（高）				9:00-11:30	14:00-15:30@あぴか	15:00-16:30@あぴか
	2	月	↓	19:30-20:30					
	3	火							
	4	水			16:30-18:30		16:30-18:30		
	5	木				16:30-18:30			
	6	金					17:10-19:10		
	7	土	中学選手権（中）						
	8	日	↓					14:00-15:30@えがスタ周辺	9:00-11:00@あぴか
	9	月		19:30-20:30					
	10	火							
	11	水			16:30-18:30		16:30-18:30		
	12	木				16:30-18:30			
	13	金	南九州大会（高）				(17:10-19:10)		
	14	土	↓				(9:00-11:30)		
	15	日	↓				9:00-11:30	14:00-15:30@水前寺	15:00-16:30@水前寺
6	16	月	↓	19:30-20:30					
	17	火							
	18	水			16:30-18:30		16:30-18:30		
	19	木				16:30-18:30			
	20	金					17:10-19:10		
	21	土	日清カップ（小）						
	22	日					9:00-11:30		14:00-16:00@あぴか
	23	月		19:30-20:30					
	24	火							
	25	水			16:30-18:30		16:30-18:30		
	26	木				16:30-18:30			
	27	金					17:10-19:10		
	28	土	通信陸上（中）						
	29	日	↓					14:00-15:30@えがスタ周辺	
	30	月		19:30-20:30					