京都きっず １月 練習予定表

京都府競技力向上対策本部

2017/12/11　現在

日	曜	プログラム	時　間	場　所	備　考	日	曜	プログラム	時　間	場　所	備　考
1/1	月					1/17	水				
1/2	火					1/18	木				
1/3	水					1/19	金				
1/4	木					1/20	土	カヌー	13:30～15:30	南部：調整中 中部：綾部高校 北部：久美浜高校	
1/5	金					1/21	日				
1/6	土	カヌー	13:30～15:30	南部：調整中 中部：綾部高校		1/22	月				
1/7	日	カヌー	13:30～15:30	北部：久美浜高校		1/23	火				
1/8	月					1/24	水				
1/9	火					1/25	木				
1/10	水					1/26	金				
1/11	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ	南部きっず	1/27	土	カヌー	13:30～15:30	南部：調整中 中部：綾部高校 北部：久美浜高校	
1/12	金					1/28	日				
1/13	土	インテレクチュアル	10:00～12:00 13:00～15:00	ルビノ京都堀川 or　京都テルサ	4～6期生 1～3期生	1/29	月				
1/14	日	フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大学 京田辺	4～6期生 1～3期生	1/30	火				
1/15	月					1/31	水				
1/16	火										