京都きっず １月 練習予定表

京都府競技力向上対策本部

2018/12/8　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	火					1/17	木				
1/2	水					1/18	金				
1/3	木					1/19	土	カヌー	13:30-15:30	府内３カ所	
1/4	金					1/20	日				
1/5	土	カヌー	13:30-15:30	府内３カ所		1/21	月				
1/6	日					1/22	火				
1/7	月					1/23	水				
1/8	火					1/24	木				
1/9	水					1/25	金				
1/10	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	1/26	土	カヌー	13:30-15:30	府内３カ所	
1/11	金					1/27	日				
1/12	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	5～7期生 2～4期生	1/28	月				
1/13	日	フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大学 京田辺	5～7期生 2～4期生	1/29	火				
1/14	月					1/30	水				
1/15	火					1/31	木				
1/16	水										