

# 京都きつず 10月 練習予定表

京都府競技力向上対策本部  
2018/9/21 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                  |
|-------|---|-----------|-------------|--------|-------------|-------|---|-------|----------------------------|-------------------------------|---------------------|
| 10/1  | 月 |           |             |        |             | 10/18 | 木 |       |                            |                               |                     |
| 10/2  | 火 |           |             |        |             | 10/19 | 金 |       |                            |                               |                     |
| 10/3  | 水 |           |             |        |             | 10/20 | 土 | カヌー   | 8:00-16:00                 | 久美浜湾                          | 1次オーティション(南部)       |
| 10/4  | 木 |           |             |        |             | 10/21 | 日 | フィジカル | 13:15~15:15<br>15:30~17:30 | 同志社大<br>京田辺                   | 5~7期生<br>2~4期生      |
| 10/5  | 金 |           |             |        |             | 10/22 | 月 |       |                            |                               |                     |
| 10/6  | 土 | カヌー       | 8:00-16:00  | 久美浜湾   |             | 10/23 | 火 |       |                            |                               |                     |
| 10/7  | 日 |           |             |        |             | 10/24 | 水 |       |                            |                               |                     |
| 10/8  | 月 |           |             |        |             | 10/25 | 木 |       |                            |                               |                     |
| 10/9  | 火 |           |             |        |             | 10/26 | 金 |       |                            |                               |                     |
| 10/10 | 水 |           |             |        |             | 10/27 | 土 | カヌー   | 8:00-12:00                 | 久美浜湾                          | 秋季大会                |
| 10/11 | 木 | コンディショニング | 18:00~20:00 | 島津アリーナ | 南部きつず対象     | 10/28 | 日 | リサーチ  | 10:00~12:15                | 丸太町<br>リハビリテー<br>ションクリ<br>ニック | 5期生・6期生(女子)・4期生(女子) |
| 10/12 | 金 |           |             |        | 13:00~15:15 |       |   |       | 7期生・6期生(男子)・4期生(男子)        |                               |                     |
| 10/13 | 土 | カヌー       | 8:00-10:00  | 久美浜湾   | 15:15~17:30 |       |   |       | 2・3期生                      |                               |                     |
| 10/14 | 日 | カヌー       | 8:00-12:00  | 久美浜湾   | 13:00~15:00 |       |   |       | 5期生(男子)・6期生(女子)・保護者        |                               |                     |
| 10/15 | 月 |           |             |        |             | 10/29 | 月 |       |                            |                               |                     |
| 10/16 | 火 |           |             |        |             | 10/30 | 火 |       |                            |                               |                     |
| 10/17 | 水 |           |             |        |             | 10/31 | 水 |       |                            |                               |                     |