

# 2019年 8月分

日	月	火	水	木	金	土
				1 MT9 : 30 WT17 : 00	2 MT9 : 30 WT17 : 00	3 合宿
4	5	6	7	8	9	10
合宿 山梨県北杜市3~10日まで						
11 休	12 み MT9 : 30 WT17 : 00	13 MT9 : 30 WT17 : 00	14 MT9 : 30 WT17 : 00	15 MT9 : 30 WT17 : 00	16 MT9 : 30 WT17 : 00	17 MT9 : 30
18 MT9 : 30	19 MT9 : 30	20	21	22	23	24 解散中・ 自主トレ
インカレ 駒沢						
25	26	27	28	29	30	31
解散中・自主トレ						寮集合
				MT⇒マット:道場 WT⇒ウェイト:トレセン R⇒ロード:寮 T⇒陸上トラック		

