

# 2019年 6月分

日	月	火	水	木	金	土
						1 T8 : 00 MT17 : 00
2 MT9 : 30	3 休 み	4 WT6 : 30 MT18 : 00	5 WT6 : 30 MT18 : 00	6 WT6 : 30 MT18 : 00	7 WT6 : 30 MT18 : 00	8 T8 : 00 MT17 : 00
9 MT9 : 30	10 WT6 : 30 MT18 : 00	11 WT6 : 30 MT18 : 00	12 WT6 : 30 MT18 : 00	13 WT6 : 30 MT18 : 00	14 WT6 : 30 MT18 : 00	15 T8 : 00 MT17 : 00
				全日本選抜選手権		
16 MT9 : 30	17 休 み	18 WT6 : 30 MT18 : 00	19 WT6 : 30 MT18 : 00	20 WT6 : 30 MT18 : 00	21 WT6 : 30 MT18 : 00	22 T8 : 00 MT17 : 00
全日本選抜						
23 MT9 : 30	24 WT6 : 30 MT18 : 00	25 WT6 : 30 MT18 : 00	26 WT6 : 30 MT18 : 00	27 WT6 : 30 MT18 : 00	28 WT6 : 30 MT18 : 00	29 T8 : 00 MT17 : 00
			春季選手権・新人戦			
30 MT9 : 30				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		

