

# 2020年 3月分

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
MT9 : 30	休	み MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	T8 : 00 WT17 : 00
8	9	10	11	12	13	14
MT9 : 30	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	T8 : 00 WT17 : 00
15	16	17	18	19	20	21
MT9 : 30	休	み MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	T8 : 00 WT17 : 00
22	23	24	25	26	27	28
MT9 : 30	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	T8 : 00 WT17 : 00
29	30	31				
MT9 : 30	休	み MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	MT9 : 30 WT17 : 00	T8 : 00 WT17 : 00
MT9 : 30					<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;">                     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                 </div>	

