

京都きっず 1月 練習予定表

京都府競技力向上対策本部

2022/12/22 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	日					1/16	月	スポーツライミング	18:00-20:00	サンガスタジアム	11期生+保護者
1/2	月					1/17	火				
1/3	火					1/18	水	スポーツライミング	18:00-20:00	サンガスタジアム	11期生+保護者
1/4	水					1/19	木				
1/5	木					1/20	金				
1/6	金					1/21	土				
1/7	土					1/22	日				
1/8	日	インテレクチュアル	10:00~12:00	ルビ/ 京都堀川	9~11期生	1/23	月	スポーツライミング	18:00-20:00	サンガスタジアム	11期生+保護者
			13:00~15:00		6~8期生	1/24	火				
1/9	月	建国記念の日				1/25	水	スポーツライミング	18:00-20:00	サンガスタジアム	11期生+保護者
1/10	火	スポーツライミング	18:00-20:00	サンガスタジアム	11期生+保護者	1/26	木				
1/11	水					1/27	金				
1/12	木	コンディショニング	18:00~20:00	島津アリーナ京都	南部きっず	1/28	土				
1/13	金					1/29	日				
1/14	土					1/30	月	スポーツライミング	18:00-20:00	サンガスタジアム	11期生+保護者
1/15	日	フィジカル	13:15~15:15	同志社大 京田辺	9~11期生	1/31	火				
			15:30~17:30		6~8期生						