

## 2023年12月 スポウエルアスリートクラブ 練習スケジュール (案)

【重要】 会員の皆様へ！ このスケジュールはあくまでも予定です。練習場所・時間等変更になる場合があります。変更の連絡はホームページのSPAC会員ページに随時アップするので練習前は必ずチェックするようにしてください。

		JC	AC	AC 富士	大会等	備考		
1	金	お休み		ACオブ 17:30~19:00 山			1	金
2	土		お休み		市町対抗駅伝		2	土
3	日			9:30~11:30 富			3	日
4	月		17:00~19:00 愛				4	月
5	火						5	火
6	水			17:00~19:00 富			6	水
7	木						7	木
8	金	18:15~19:45 沼体★	ACオブ 18:15~19:45 沼体★	ACオブ 17:30~19:00 山		JC/ACオブション 時間と場所変更	8	金
9	土		14:00~16:00 愛				9	土
10	日			9:30~11:30 富			10	日
11	月		17:00~19:00 愛				11	月
12	火						12	火
13	水			17:00~19:00 富			13	水
14	木						14	木
15	金	18:15~19:45 沼体★	ACオブ 18:15~19:45 沼体★	ACオブ 17:30~19:00 山		JC/ACオブション 時間と場所変更	15	金
16	土		14:00~16:00 愛				16	土
17	日			9:30~11:30 富			17	日
18	月		17:00~19:00 愛				18	月
19	火						19	火
20	水			17:00~19:00 富			20	水
21	木						21	木
22	金	17:30~19:00 愛	ACオブ 17:30~19:00 愛				22	金
23	土		お休み			JAAF公認指導者講習会	23	土
24	日			お休み		JAAF公認指導者講習会	24	日
25	月		17:00~19:00 愛				25	月
26	火						26	火
27	水			17:00~19:00 富			27	水
28	木					1月分会費口座振替日・年末休業	28	木
29	金					年末休業	29	金
30	土					年末休業	30	土
31	日					年末休業	31	日

※12/8(金)・12/15(金)のJC&ACオブションクリニックの会場は、★沼体…沼津市総合体育館(香陵アリーナ)です!!お間違えの無いように。

※(AC沼津・AC富士)練習が試合に重なる場合は、試合参加をもって、練習に振替とすることがあります。

※(AC沼津・AC富士)試合の申込用紙は、スポウエルで出る選手は提出、学校参加・不参加は必ず申し出て下さい。

※(AC沼津・AC富士)試合時の集合時間、合同練習の練習場所等詳細は、会員用HPでご案内する予定です。各自確認をお願いします。

☆試合や合同練習について、詳細は会員ページ(試合大会関係のページ)・メール等で連絡します。