

## 2024年3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					1	金
2	土		14:00~16:00 愛				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	17:30~19:00 愛	ACオフ 17:30~19:00 愛				8	金
9	土		14:00~16:00 愛	14:00~16:00 愛	AC合同練習会	※AC合同練習会場は愛鷹に変更	9	土
10	日			9日に振替			10	日
11	月		17:00~19:00 愛				11	月
12	火						12	火
13	水			17:00~19:00 富		渡邊コーチ 健身塾不在	13	水
14	木					〃	14	木
15	金	お休み		ACオフ 17:30~19:00 山			15	金
16	土		お休み				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		17:20~18:20 &説明会☆愛	17:20~18:20 &説明会☆愛	実技研修&AC全体説明会 (~19:30) ☆	説明会は2024年度 継続会員のみ参加	20	水
21	木						21	木
22	金	17:30~19:00 愛	ACオフ 17:30~19:00 愛	ACオフ 17:30~19:00 山			22	金
23	土		お休み		東部強化記録会		23	土
24	日			お休み			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					R6諸経費・4月分会費 口座振替日	28	木
29	金	17:30~19:00 愛	ACオフ 17:30~19:00 愛	ACオフ 17:30~19:00 山			29	金
30	土		14:00~16:00 愛				30	土
31	日			お休み	審判講習会		31	日

- ※ (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。