



明るく仲良く元気よく!!



January						
1月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

1 - 3 冬休み
<進級チェック>
25-31 (水泳週1回・週2回)

February						
2月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

<進級チェック>
23-28 (水泳週2回)

March						
3月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

<進級チェック>
15-21 (水泳週1回・週2回)
1-21 (体育)
17・18・20 (ダンス)

April						
4月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24	25	26	27	28	29

<進級チェック>
23-28 (水泳週2回)

May						
5月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

<進級チェック>
25-31 (水泳週1回・週2回)

June						
6月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3		
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

<進級チェック>
23-28 (水泳週2回)
1-21 (体育)
23・24・26 (ダンス)

July						
7月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

<進級チェック>
15-21 (水泳週1回・週2回)

August						
8月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

8月18日の練習は9月末までに振替練習をお願いします
<進級チェック>
26-31 (水泳週2回)

September						
9月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

<進級チェック>
22-28 (水泳週1回・週2回)
1-21 (体育)
22・23・25 (ダンス)

October						
10月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	
2	3	4	5	6	7	8
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

<進級チェック>
23-28 (水泳週2回)

November						
11月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

<進級チェック>
22-28 (水泳週1回・週2回)

December						
12月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

<進級チェック>
16-21 (水泳週2回)
1-21 (体育)
15・16・18 (ダンス)

CENTRAL
CENTRAL SPORTS

セントラルフィットネスクラブ西東京

TEL0428-31-2411

□練習日

■休日