２０１７年3月２４日

一般社団法人身体開発研究機構　ＳＪＡＣ

ＳＪＡＣ４月予定表

１（土）		１６（日）	
２（日）	選手コース強化練習	１７（月）	
３（月）	選手コース強化練習	１８（火）	選・週２コース通常練習
４（火）	選）コース強化練習・ト）3時～5時	１９（水）	選・週２コース通常練習
５（水）	選・週２コース３時～５時（５時３０）	２０（木）	
６（木）		２１（金）	選・週１コース通常練習（屋外練習）
７（金）	選・週１コース通常練習	２２（土）	
８（土）		２３（日）	
９（日）		２４（月）	
１０（月）		２５（火）	選・週１コース通常練習（屋外練習）
１１（火）	選・週２コース通常練習	２６（水）	選・週１コース通常練習（屋外練習）
１２（水）	選・週２コース通常練習	２７（木）	
１３（木）		２８（金）	選・週１コース通常練習
１４（金）	選・週１コース通常練習（屋外練習）	２９（土）	札幌中学記録会　（厚別）
１５（土）		３０（日）	

☆通常練習時間　　トレーニングコース（火・水）16時～18時　　週１コース（金）16時～18時　　選手コース（火・水・金）16時～18時30分

『お知らせ』

・<u>４日(火)５日(水)時間を変更します。　トレ）３時～５時　　選手）３時～５時３０分</u>

・１４(金)・２１日(金)・２５日(火)・２６日(水)つどーむ使用不可の為、裏の屋外広場で行います。寒さが予想されますので暖かい服装(手袋・ベンチコート持参)で来てください。天気によってはお休みになることもあります。（ロビー集合。遅れてくる人は直接広場へ来てください）

『選手コース大会・強化練習会のお知らせ』

・２(日)～４日(火)　春の強化練習会　　スケジュール表は後日配布します。

・２９日(土)　札幌中学記録会(厚別陸上競技場)　＊新しいＮＣになりますので準備をしておいてください（平成２９年４月～平成３０年３月まで使用）

『月謝引き落としのお知らせ』

・4月２７日(木)指定口座より、５月分の月謝が引き落としになります。前日までにご入金していただきますよう宜しくお願い致します（口座手続きがまだ終わっていないご家庭は、現金にてお願い致します）