

S J A C 10月予定表

1(月)		16(火)	つどーむ	通常練習時間
2(火)	つどーむ屋外広場 4時～6時	17(水)	つどーむ	通常練習時間
3(水)	つどーむ屋外広場 4時～6時	18(木)		
4(木)		19(金)	つどーむ	4時～6時
5(金)	つどーむ屋外広場 4時～6時	20(土)		
6(土)		21(日)		
7(日)	北海道中学駅伝 (新得)	22(月)		
8(月)		23(火)	つどーむ	通常練習時間
9(火)	つどーむ屋外広場 4時～6時	24(水)	つどーむ	通常練習時間
10(水)	つどーむ屋外広場 4時～6時	25(木)		
11(木)		26(金)	つどーむ	通常練習時間
12(金)	つどーむ屋外広場 4時～6時	27(土)		
13(土)		28(日)		
14(日)		29(月)		
15(月)		30(火)	つどーむ 4時30～6時 選)6時30まで	
		31(水)	つどーむ	通常練習時間

☆通常練習時間 ・トレーニングコース(火・水)16時～18時 ・選手コース(火・水・金)16時～18時30分 ・1年生コース(水)16時～17時30分

『お知らせ』

- ・1年生コース⇒3日・10日・17日・24日・31日 水曜日4時～5時30分
 - ・2日(火)～12日(金)⇒トレーニング、選手コース 練習時間4時～6時(ロビー集合)
 - ・16日以降は時間変更あります。予定表を確認してください
 - ・30日(火)⇒4時30分ロビー集合 (雨天時5時～6時30分に変更あり)
- *雨天の場合つどーむが利用できない場合があります。その時はお休みになります

『今月の大会』

- ・7日(日) 北海道中学駅伝 新得町サホロリバーサイド運動広場

『会計より』

- ・10月29日(月)指定口座より、11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)