

# 2010年10月 予定表

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1 筋トレ 16:30～ (山大)	2 swim 6:45～ (Gold's Gym)	3 試合手伝い
4 筋トレ 16:30～ (山大)	5 swim 5:45～ (Gold's Gym)	6 off	7 swim 16:45～ (西京)	8 筋トレ 16:30～ (山大)	9 swim 6:45～ (Gold's Gym)	10 秋季記録会
11 off  体育の日	12 swim 5:45～ (Gold's Gym)	13 off	14 swim 16:45～ (西京)	15 筋トレ 16:30～ (山大)	16 swim 6:45～ (Gold's Gym)  ミーティング	17 off
18 筋トレ 16:30～ (山大)	19 swim 5:45～ (Gold's Gym)  冬季五大壮行式	20 off	21 swim 16:45～ (西京)	22 筋トレ 16:30～ (山大)	23 swim 6:45～ (Gold's Gym)	24 off
25 筋トレ 16:30～ (山大)	26 swim 5:45～ (Gold's Gym)	27 off	28 swim 16:45～ (西京)	29 筋トレ 16:30～ (山大)	30 swim 6:45～ (Gold's Gym)	31 off

## ○10月の予定

- ・3日 試合手伝い(西京)
- ・10日 第8回中国四国学生秋季記録会 in 松山
- ・16日 ミーティング
- ・19日 冬季五大壮行式

今月から、Gold's Gymと西京のプールをお借りして練習を行います。挨拶等、しっかり行うようにしましょう。

## ○11月の予定

- ・12日 体育会総会
- 13・14日 バレーボールマッチ
- 23日 駅伝大会
- 27日 姫山祭

## ○一言

**どこに行こうとしているのかわかっていなければ、**

**どの道を通ってもどこにも行けない。**

**ヘンリー・キッシンジャー(政治家)**