

2010年12月 予定表

MON	THE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		1 off	2 swim 16:45～ (西京)	3 筋トレ 16:30～ (山大)	4 swim 6:45～ (Gold's Gym)	5 バレーボール マッチ
6 筋トレ 16:30～ (山大)	7 swim 5:45～ (Gold's Gym)	8 off	9 swim 16:45～ (西京)	10 筋トレ 16:30～ (山大)	11 役員講習会	12 SC 交歓
13 筋トレ 16:30～ (山大)	14 swim 5:45～ (Gold's Gym)	15 off	16 swim 16:45～ (西京)	17 筋トレ 16:30～ (山大)	18 swim 6:45～ ミーティング TT & 忘年会	19 off
20 筋トレ 16:30～ (山大)	21 swim 5:45～ (Gold's Gym)	22 off	23 off 天皇誕生日	24 筋トレ 16:30～ (山大)	25 off ←	26 →
27 ←	28	29	30	31 →		

○詳細

- ・11日 役員講習会
- ・12日 SC 交歓試合手伝い(西京)
- ・18日 タイムトライアル、ミーティング
忘年会(一次会:お花茶屋 二次会:だんだん茶屋 費用 6500円) 詳細は後日連絡いたします。
- ・25日～1月10日 冬休み

○一言

今年もあと1カ月となりました。やり残したこと、悔いのないように過ごしましょう。風邪や怪我には気をつけて下さい。

※携帯から掲示板を見ることができます。右のQRコードを読み込んでください。

