2017年 1月						
月	火	水	木	金	土	日
						1
		←				→ OFF 施設利用禁止
2	3	4	5	6	7	8
← 施設利用禁止	施設利用禁止	→ OFF	自主練	自主練	自主練	OFF
9	10	11	12	13	14	15
自主練	筋トレ 18:00～	Swim 5:30～	自主練	Swim 5:30～ 施設利用禁止	Swim 6:30～ 施設利用禁止	OFF 施設利用禁止
16	17	18	19	20	21	22
Swim18:00～	筋トレ 18:00～	Swim 5:30～	自主練 施設利用禁止	Swim 5:30～	現役ミーティング Swim 6:30～ 筋トレ 10:00～	OFF
23	24	25	26	27	28	29
Swim18:00～	筋トレ 18:00～	Swim 5:30～	自主練	Swim 5:30～	Swim 6:30～ 筋トレ 10:00～	OFF
30	31					
← 自主練	自主練	テスト期間				→

※1月はNAPにてスイム、山口大学プールにて筋トレを行う

○ 1月の予定 ○

- 1日～3日　施設利用禁止
- 12月28日～1月4日　OFF
- 5日～9日　自主練
- 13日～15日、19日　施設利用禁止
- 30日～　テスト期間
- 30日、31日　自主練

今を戦えない者に次とか来年とかを言う資格はない。

ロベルト・バッジョ