

2017年 10月						
月	火	水	木	金	土	日
						1
						OFF
2	3	4	5	6	7	8
Swim18:00~	筋トレ16:30~	Swim 5:30~	自主練	Swim 5:30~	Swim 6:30~ 筋トレ10:00~	OFF
9	10	11	12	13	14	15
Swim18:00~	筋トレ16:30~	Swim 5:30~	自主練	Swim 5:30~	第 15 回中国 四国学生秋季 水泳記録会 ←————→	
16	17	18	19	20	21	22
OFF	筋トレ16:30~	Swim 5:30~	自主練	Swim 5:30~	Swim 6:30~ 筋トレ10:00~ 現役ミーティング	OFF
23	24	25	26	27	28	29
Swim18:00~	筋トレ16:30~	Swim 5:30~	自主練	Swim 5:30~	幹部交代コン パ 施設利用禁止	OFF 施設利用禁止
30	31					
Swim18:00~	筋トレ16:30~					

※10月は NAP にてスイム、山口大学にて筋トレを行う

○ 10月の予定 ○

- 14~15日 第15回中国四国学生秋季水泳記録会
- 16日 OFF
- 21日 現役ミーティング
- 28日 幹部交代コンパ
- 28~29日 施設利用禁止

意欲的な目標を立てれば、明日は今日よりもはるかに前進する。  
ナポレオン・ヒル