

## 2018年 2月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			自主練	Swim 5:30~	Swim 6:30~ 筋トレ10:00~	OFF
5	6	7	8	9	10	11
自主練 ←				Swim 5:30~ きららカップ 前日準備	きららカップ ←	→
12	13	14	15	16	17	18
自主練 13:00~17:00	Swim 6:30~ 現役ミーティング	山口大学 ←	水泳部	強化合宿		OFF →
19	20	21	22	23	24	25
Swim 6:30~	Swim 6:30~	自主練	Swim 6:30~	Swim 5:30~	第40回全国 JOC ジュニア オリンピックカップ ←	春季水泳競技 大会 山口県予選会 →
26	27	28				
OFF	Swim 6:30~	Swim 5:30~				

※2月はNAPにてスイム、山口大学にて筋トレを行う

### ○ 2月の予定 ○

- 1日、5~8日 テスト期間のため自主練
- 10~11日 きららカップ
- 12日 自主練 13:00~17:00 NAP 開放
- 13日 現役ミーティング
- 14~17日 山口大学水泳部強化合宿
- 21日 自主練
- 24~25日 第40回全国 JOC ジュニアオリンピックカップ春季水泳競技大会山口県予選会
- 26日 OFF

できるできる、君ならできる！！  
松岡修造