

月	火	水	木	金	土	日
<b>練習</b> 13:30～2 h 穴塚小体育館 (400kcal)	<b>毎月一週目練習会</b> 9:00～4 h 公共体育館 (600kcal)	<b>練習</b> 17:30～2 h 栗原小体育館 (400kcal)	<b>練習</b> 13:30～2 h 穴塚小体育館 (400kcal)		<b>練習</b> 18:00～2 h 栗原小体育館 (400kcal)	<b>練習&amp;AC</b> 14:00～2 h 栗原小体育館 (400kcal)
<b>練習&amp;AC</b> 19:00～3 h 新治中体育館 (400kcal)	<b>練習&amp;AC</b> 18:00～3 h 栗原小体育館 (400kcal)		<b>練習&amp;AC</b> 18:00～3 h 栗原小体育館 (400kcal)			