

1月末～2月練習計画

目標

納得のいく滑りでシーズンを終わらせよう

日	曜	場所	小学生		行事等	
29	水	エムウエーブ	18:00～20:00	陸トレ・氷上練習		
30	木	エムウエーブ	18:00～20:00	陸トレ・氷上練習		
31	金				全中スケート	
1	土					
2	日					
3	月					
4	火	エムウエーブ	18:00～20:00	陸トレ	↓	
5	水	エムウエーブ	18:00～20:00	陸トレ・氷上練習		
6	木	エムウエーブ	18:00～20:00	陸トレ・氷上練習		
7	金	エムウエーブ	18:00～20:00	陸トレ・氷上練習		
8	土	エムウエーブ	13:30～16:00	陸トレ・氷上練習		
9	日	長野県ジュニアスピードスケート競技会長野大会				
10	月					
11	火	長野市スケート競技会				
12	水					
13	木					
14	金				エム競	
15	土				↓ 東日本ジュニア	
16	日				↓ ↓	
17	月					
18	火					
19	水					
20	木					
21	金					
22	土				高校選抜	
23	日				↓	
24	月					
25	火					
26	水					
27	木					
28	金					

- ・1月29日以降は一般営業がありません。氷上練習については長野市選手の時間を設けていただいたのでその時間に滑走します。
- ・2月8日の小学生の練習は、一般営業ではなく、小中学生の選手の時間帯での練習です。
- ・2月9日の県ジュニア、11日の市民大会は、要項をもとにコーチの指示に従ってください。
- ・ジャージ、ワンピース、帽子、スケート靴の返却については、保護者のLineでお知らせします。
- ・納会等についても保護者のLineでお知らせします。
- ・2月17日以後は、エムウエーブの敷地内に立ち入ることができません。今後の練習場所、内容についてはコーチで相談してLineで連絡します。