

# MKスクール・クラブ練習スケジュール 1/5(月)～1/11(日)

	1/5(月)			1/6(火)			1/7(水)			1/8(木)			1/9(金)			1/10(土)			1/11(日)			
	A	B	C	.	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	
8:00																						
9:00																						
10:00																						
11:00																						
12:00																						
13:00																						
14:00																						
15:00																						
16:00																						
17:00																						
18:00	中学生ABC			クラブ・ジュニア			クラブ・ジュニア			クラブ・ジュニア			クラブ・ジュニア									
19:00				中学生	ABC	クラブ練習	中学生ABC	クラブ練習														
20:00	兒玉・早川コーチ			早川コーチ	19:00-21:00	白井コーチ	早川コーチ	19:00-21:00	白井コーチ	早川コーチ	19:00-21:00	白井コーチ	兒玉コーチ	19:00-21:00	白井コーチ	18:00-21:00	のみ					
21:00																						

MK 1日強化練習(男子)

7:40-8:15 受付・準備

8:15-12:15 基礎練

12:15-13:15 昼休憩

13:15-16:30 応用・ゲーム形式

16:30-17:00 トレーニング

会場：MKコート

参加費 1人1000円

※クラブ・クラブ練習生は  
1人500円