



# NANAHA練習会 大人のバドミントン基礎講座 予定表

11月の練習予定

| ¥500 |                          |    |    | ¥600 |                        |    |
|------|--------------------------|----|----|------|------------------------|----|
| 日    | 月                        | 火  | 水  | 木    | 金                      | 土  |
|      |                          |    | 1  | 2    | 3                      | 4  |
|      |                          |    |    |      | 休み                     |    |
| 5    | 6                        | 7  | 8  | 9    | 10                     | 11 |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00 |    |
| 12   | 13                       | 14 | 15 | 16   | 17                     | 18 |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00 |    |
| 19   | 20                       | 21 | 22 | 23   | 24                     | 25 |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00 |    |
| 26   | 27                       | 28 | 29 | 30   |                        |    |
|      | 上河内体③<br>10:00~<br>12:00 |    |    |      |                        |    |

12月の練習予定

| ¥500 |                          |    |    | ¥600 |                         |    |
|------|--------------------------|----|----|------|-------------------------|----|
| 日    | 月                        | 火  | 水  | 木    | 金                       | 土  |
|      |                          |    |    |      | 1                       | 2  |
|      |                          |    |    |      | 上河内体③<br>9:30~<br>12:00 |    |
| 3    | 4                        | 5  | 6  | 7    | 8                       | 9  |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00  |    |
| 10   | 11                       | 12 | 13 | 14   | 15                      | 16 |
|      | 上河内体③<br>10:00~<br>12:00 |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00  |    |
| 17   | 18                       | 19 | 20 | 21   | 22                      | 23 |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00  |    |
| 24   | 25                       | 26 | 27 | 28   | 29                      | 30 |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 休み                      |    |



# NANAHA練習会 大人のバドミントン基礎講座 予定表

11月の練習予定

| ¥500 |                          |    |    | ¥600 |                        |    |
|------|--------------------------|----|----|------|------------------------|----|
| 日    | 月                        | 火  | 水  | 木    | 金                      | 土  |
|      |                          |    | 1  | 2    | 3                      | 4  |
|      |                          |    |    |      | 休み                     |    |
| 5    | 6                        | 7  | 8  | 9    | 10                     | 11 |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00 |    |
| 12   | 13                       | 14 | 15 | 16   | 17                     | 18 |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00 |    |
| 19   | 20                       | 21 | 22 | 23   | 24                     | 25 |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00 |    |
| 26   | 27                       | 28 | 29 | 30   |                        |    |
|      | 上河内体③<br>10:00~<br>12:00 |    |    |      |                        |    |

12月の練習予定

| ¥500 |                          |    |    | ¥600 |                         |    |
|------|--------------------------|----|----|------|-------------------------|----|
| 日    | 月                        | 火  | 水  | 木    | 金                       | 土  |
|      |                          |    |    |      | 1                       | 2  |
|      |                          |    |    |      | 上河内体③<br>9:30~<br>12:00 |    |
| 3    | 4                        | 5  | 6  | 7    | 8                       | 9  |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00  |    |
| 10   | 11                       | 12 | 13 | 14   | 15                      | 16 |
|      | 上河内体③<br>10:00~<br>12:00 |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00  |    |
| 17   | 18                       | 19 | 20 | 21   | 22                      | 23 |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 河内体③<br>9:30~<br>12:00  |    |
| 24   | 25                       | 26 | 27 | 28   | 29                      | 30 |
|      | トライ3面<br>9:45~<br>12:00  |    |    |      | 休み                      |    |