

11月2023

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	31	1	2	3	4
	水中練 7:00~	水中練 7:00~ 陸トレオフ		水中練 7:00~	水中練 7:00~	
5	6	7	8	9	10	11
和市選 @秋葉山	off	水中練 7:00~ 陸トレ		水中練 7:00~	水中練 7:00~	
12	13	14	15	16	17	18
水中練 15:00~ プール清掃	水中練 7:00~	水中練 7:00~ 陸トレ		水中練 7:00~	水中練 7:00~	大学祭
19	20	21	22	23	24	25
大学祭 off	水中練 7:00~	水中練 7:00~ 陸トレ		勤労感謝の日 水中練 10:00~	水中練 7:00~	
26	27	28	29	30	1	2
水中練 16:30~	水中練 7:00~	水中練 7:00~ 陸トレ		水中練 7:00~		
3	4	ME	12月16日(土)17日(日) 第17回関西学生冬季公認記録会@秋葉山			