

# 2021/22 SRAトレーニングスケジュール

12/1月	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月		
															休校日						休校日							休校日								バ検	休校日
9:30 - 11:30	自	自	基本	基本	自	基本	基本	自	自	自	自	G	G	G		自	自	自	川端	G		自	自	自	自	G	G		自	自	自	自	G	G		休校日	
13:00 - 15:00	自	自	基本	基本	自	基本	基本	自	自	自	自	SL	SL	SL		自	自	自	SL	SL		自	自	自	自	SL	SL		自	自	自	自	SL	SL		休校日	
18:30 - 20:30								自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	

2月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28								
	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月								
													P検								P検						P検									
					バ検	休校日							バ検	休校日							バ検	休校日					バ検	休校日								
9:30 - 11:30	自	自	自	自	G	G		自	自	自	G	G	G		自	自	自	自	G	G		自	G	自	自	G	G		自	自	自	自	G	G		休校日
13:00 - 15:00	自	自	自	自	SL	SL		自	自	自	SL	SL	SL		自	自	自	自	SL	SL		自	SL	自	自	SL	SL		自	自	自	自	SL	SL		休校日
18:30 - 20:30	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自

3月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							
	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木							
						P検							P検								P検						P検											
					バ検	休校日						技術	バ検	休校日	*雪の状態中止あり					バ検	*雪の状態中止あり					バ検												
9:30 - 11:30	自	自	自	自	G	G		自	自	自	自	G	G		自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自		
13:00 - 15:00	自	自	自	自	SL	SL		自	自	自	自	SL	SL		自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自	自		
18:30 - 20:30	自	自	自	自	自																																	

4月	1	2	3
	金	土	日
			P検
			バ検
9:30 - 11:30	自	自	自
13:00 - 15:00	自	自	自

- G …大回転                      SL …回転                      技術 …スプリングバレー技術戦
  - 基本 ……SLでの基礎練習
  - 川端 ……川端絵美コーチ練習会 GSです！
  - P検 ……SAJ公認テクニカル・クラウン検定会 8:30～受付
  - バ検 ……SAJ公認1級～3級バッチ検定会 8:30～受付
  - 自 ……指導なしでの自主練習、
- (参加者のみで自由にポールセット、撤収となります)