

2025年9月 男子練習計画

| | 曜 | 練習時間 (予定) | 大学行事 | その他、備考 |
|----|---|-------------|-----------|--------------|
| 1 | 月 | OFF | | |
| 2 | 火 | 9:00~13:00 | | |
| 3 | 水 | 9:00~13:00 | | |
| 4 | 木 | 10:00~12:00 | | |
| 5 | 金 | 9:00~13:00 | | |
| 6 | 土 | 9:00~13:00 | | 全日本シニア大会 八王子 |
| 7 | 日 | 9:00~13:00 | | 種目別メダリスト大会 |
| 8 | 月 | OFF | | |
| 9 | 火 | 9:00~14:00 | | |
| 10 | 水 | 9:00~14:00 | | |
| 11 | 木 | 10:00~12:00 | | |
| 12 | 金 | 9:00~14:00 | | 国民スポーツ大会 |
| 13 | 土 | 9:00~14:00 | | |
| 14 | 日 | 9:00~14:00 | | |
| 15 | 月 | OFF | | |
| 16 | 火 | 16:30~20:00 | | |
| 17 | 水 | 16:30~20:00 | | |
| 18 | 木 | 10:00~12:00 | | |
| 19 | 金 | 16:30~20:00 | 文理・三茶授業開始 | |
| 20 | 土 | 13:00~18:00 | | |
| 21 | 日 | 9:00~14:00 | | |
| 22 | 月 | OFF | | |
| 23 | 火 | 16:30~20:00 | | |
| 24 | 水 | 16:30~20:00 | | |
| 25 | 木 | 16:30~18:30 | | |
| 26 | 金 | 16:30~20:00 | | |
| 27 | 土 | 13:00~18:00 | | |
| 28 | 日 | 9:00~14:00 | | |
| 29 | 月 | OFF | | |
| 30 | 火 | 16:30~20:00 | | |