



NANAHA練習会 大人のバドミントン基礎講座 予定表

1月の練習予定

	¥500	中・上級者 ¥500			¥600	
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	休み	休み			河内体③ 9:30~ 12:00	
8	9	10	11	12	13	14
	休み	トライ②面 13~16時			河内体③ 9:30~ 12:00	
15	16	17	18	19	20	21
	トライ3面 9:45~ 12:00時	河内体③ 13~16時			河内体③ 9:30~ 12:00	
22	23	24	25	26	27	28
	トライ3面 9:45~ 12:00時	トライ3面 13~16時			河内体③ 9:30~ 12:00	
29	30	31				
	上河内体③ 10:00~ 12:00	トライ3面 13~16時				

2月の練習予定

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

インターネットからも確認できます <http://www.nanaha.co.jp/docs/otonayotei2.pdf>