



NANAHA練習会 大人のバドミントン基礎講座 予定表

8月の練習予定

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

9月の練習予定

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

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



NANAHA練習会 大人のバドミントン基礎講座 予定表

8月の練習予定

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

9月の練習予定

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

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