



# NANAHA練習会

## 大人のバドミントン基礎講座 予定表

7月の練習予定

| ¥500 |                               |    |    |    | ¥600                             |    |
|------|-------------------------------|----|----|----|----------------------------------|----|
| 日    | 月                             | 火  | 水  | 木  | 金                                | 土  |
|      |                               | 1  | 2  | 3  | 4<br>上三川体育<br>センター④<br>9:30～12時  | 5  |
| 6    | 7<br>上河内体③<br>10:00～<br>12:00 | 8  | 9  | 10 | 11<br>上三川体育<br>センター④<br>9:30～12時 | 12 |
| 13   | 14<br>トライ3面<br>9:45～<br>12:00 | 15 | 16 | 17 | 18<br>上三川体育<br>センター④<br>9:30～12時 | 19 |
| 20   | 21<br>休み                      | 22 | 23 | 24 | 25<br>真岡市<br>総合体育館④<br>9:30～12時  | 26 |
| 27   | 28<br>トライ3面<br>9:45～<br>12:00 | 29 | 30 | 31 |                                  |    |

8月の練習予定

| ¥500 |                               |    |    |    | ¥600                             |    |
|------|-------------------------------|----|----|----|----------------------------------|----|
| 日    | 月                             | 火  | 水  | 木  | 金                                | 土  |
|      |                               |    |    |    | 1<br>上河内体③<br>9:30～<br>12:00     | 2  |
| 3    | 4<br>トライ3面<br>9:45～<br>12:00  | 5  | 6  | 7  | 8<br>休み                          | 9  |
| 10   | 11<br>休み                      | 12 | 13 | 14 | 15<br>休み                         | 16 |
| 17   | 18<br>トライ3面<br>9:45～<br>12:00 | 19 | 20 | 21 | 22<br>上三川体育<br>センター④<br>9:30～12時 | 23 |
| 24   | 25<br>トライ3面<br>9:45～<br>12:00 | 26 | 27 | 28 | 29<br>上三川体育<br>センター④<br>9:30～12時 | 30 |