

2016-2017 シーズン 雫石ジュニアチーム練習プラン 11月～4月

重点行事
一般行事
☆ 陸上練習 町総合運動公園(9:00～11:30)
○ 雪上練習(8:10～15:30)
★ ナイター練習(18:00～20:30)週1～2回
2016/11/21 現在

11月			12月			1月			2月			3月			4月		
・ 室内、陸上練習 ・ スケート練習 ・ 雪上練習			・ 室内、陸上練習 ・ スケート練習 ・ 雪上練習			・ 雪上練習、冬休み強化合宿 ・ ナイター練習 週 1～2回 ・ 各種大会参加			・ 雪上練習 ・ ナイター練習 週 1～2回 ・ 各種大会参加			・ 雪上練習 ・ ナイター練習 週 1～2回 ・ 各種大会参加			・ 雪上練習 ・ 早朝練習 ・ 各種大会参加		
1	火		1	木		1	日		1	水		1	水		1	土	コマクサカップ(SG)
2	水		2	金		2	月	○ 雫石	2	木	★	2	木	★	2	日	(下倉)
3	木	文化の日	3	土	○ 夏油 安全祈願祭	3	火	○ 雫石 強化合宿	3	金		3	金		3	月	
4	金		4	日	○ 夏油	4	水	○ 雫石	4	土	○ 雫石	4	土	網張ジュニア	4	火	○ 網張早朝練習
5	土	★	5	月		5	木	○ 雫石	5	日	○ 雫石	5	日	○ 雫石	5	水	
6	日		6	火		6	金		6	月		6	月		6	木	○ 網張早朝練習
7	月		7	水		7	土	○ 雫石	7	火	★	7	火	★	7	金	
8	火		8	木		8	日	○ 雫石	8	水		8	水		8	土	県小・中競技会 秋ハユース
9	水		9	金		9	月	IAカップ 県選手権(9-11)	9	木	★	9	木	★	9	日	(下倉)
10	木		10	土	○ 雫石	10	火	(下倉)	10	金		10	金		10	月	
11	金		11	日	○ 雫石	11	水	終了後、中学生は安比へ	11	土	アメアカップ(サロモン・アトミック)	11	土	県小学生スキー大会(下倉)	11	火	○ 網張早朝練習
12	土		12	月		12	木		12	日		12	日	松尾八幡平アルペン	12	水	
13	日		13	火		13	金	県中スキー大会	13	月		13	月		13	木	○ 網張早朝練習
14	月		14	水		14	土	○ 雫石 (安比)	14	火	★	14	火	★	14	金	
15	火	中体連軽井沢遠征	15	木		15	日	○ 雫石	15	水		15	水		15	土	○ 網張早朝練習 FIS秋八SL
16	水		16	金		16	月		16	木	★	16	木	★	16	日	○ 網張早朝練習
17	木		17	土	○ 雫石	17	火	★	17	金	管理選手練習会(17～19)	17	金		17	月	
18	金	11/19まで	18	日	○ 雫石	18	水		18	土	○ 雫石	18	土	○ 雫石	18	火	○ 網張早朝練習
19	土	町スキー連盟総会(雫公)	19	月		19	木	★	19	日	ゴールドウインカップ	19	日	○ 雫石	19	水	
20	日		20	火		20	金		20	月	SGキャンプ(20～21)	20	月	ユースAPPIオープン(SG・SL)	20	木	○ 網張早朝練習
21	月		21	水		21	土	○ 雫石 県民体育大会	21	火	全日本Jr.スキー選手権	21	火	(安比)	21	金	
22	火		22	木		22	日	○ 雫石	22	水	(2/21-26)	22	水	K1SG練習会(22～23)	22	土	○ 網張早朝練習
23	水	勤労感謝の日	23	金	○ 雫石	23	月		23	木		23	木		23	日	○ 網張早朝練習
24	木		24	土	○ 雫石	24	火	★	24	金	ナスター東北決勝大会	24	金	JOC(雫石)	24	月	
25	金		25	日	○ 雫石	25	水		25	土	(2/24-25オニコウベ)	25	土	○ 雫石	25	火	○ 網張早朝練習
26	土	★ スポーツ医・科学講座	26	月	○ 雫石	26	木	★	26	日	○ 雫石	26	日	○ 雫石	26	水	
27	日		27	火	○ 雫石	27	金		27	月		27	月		27	木	○ 網張早朝練習
28	月		28	水	○ 雫石	28	土	町民スキー大会	28	火	★	28	火		28	金	
29	火		29	木	○ 雫石	29	日	○ 雫石				29	水		29	土	○ 網張早朝練習 昭和の日
30	水		30	金	○ 雫石	30	月					30	木		30	日	○ 網張早朝練習
			31	土		31	火	★				31	金				
						23-27 東北中学校スキー大会(猪苗代) 28-29 マスターズ大会(雫石)			1-5 全国中学スキー大会(山形) 4 西和賀ジュニアスラローム 5 湯田ジュニアカップGS 11 県スポ少兼八幡平スポ(田山) 12 IATジュニアカップ(八幡平) 28 安比高原カップ			3-4 全日本マスターズ(安比) 5 ロシニョールカップ(奥中山) 25 下倉チャレンジ1 26 下倉チャレンジ2					