

2019年1月

月	火	水	木	金	土	日
31	1 元日	2	3	4	5	6
					パラアリーナ練習会 13:30-17:00	
7	8	9	10	11	12	13
パラアリーナ練習会 17:30-20:00		パラアリーナ練習会 17:30-20:00			パラアリーナ練習会 13:30-17:00 JPPF連盟 海外招聘コーチ 強化合宿 (@京都)	JPPF連盟 海外招聘コーチ 強化合宿 (@京都)
14 成人の日	15	16	17	18	19	20
パラアリーナ練習会 13:30-17:00 JPPF連盟 海外招聘コーチ 強化合宿 (@京都)	JPPF連盟 海外招聘コーチ 強化合宿 (@京都)	パラアリーナ練習会 17:30-20:00 JPPF連盟 海外招聘コーチ 強化合宿 (@京都)	JPPF連盟 海外招聘コーチ 強化合宿 (@京都)	JPPF連盟 海外招聘コーチ 強化合宿 (@京都)	パラアリーナ練習会 13:30-17:00 JPPF連盟 海外招聘コーチ 強化合宿 (@京都)	
21	22	23	24	25	26	27
パラアリーナ練習会 17:30-20:00		パラアリーナ練習会 17:30-20:00			パラアリーナ練習会 13:30-17:00	
28	29	30	31	1	2	3
パラアリーナ練習会 17:30-20:00		パラアリーナ練習会 17:30-20:00				