

	7/26(水)					7/27(木)					7/28(金)					7/29(土)					7/30(日)					7/31(月)									
	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E					
5:00																																			
5:30																																			
6:00																																			
6:30	6:30 入場・補強					6:30 入場・補強					6:30 入場・補強					6:30 入場・補強										6:30 入場・補強									
7:00	7:00-9:00 水中練習					7:00-9:00 水中練習					7:00-9:00 水中練習					7:00-9:00 水中練習										7:00-9:00 水中練習									
7:30																																			
8:00				8:00 入場・補強					8:00 入場・補強					8:00 入場・補強					8:00 入場・補強															8:00 入場・補強	
8:30																																			
9:00				9:00-11:00					9:00-11:00					9:00-11:00					9:00-11:00															9:00-11:00	
9:30				水中練習					水中練習					水中練習					水中練習															水中練習	
10:00																																			
10:30																																			
11:00																																			
11:30																																			
12:00	12:00-13:00 補強					12:00-13:00 補強										12:00-13:00 補強										12:00-13:00 補強									
12:30	13:00-15:00 水中練習					13:00-15:00 水中練習										13:00-15:00 水中練習										13:00-15:00 水中練習									
13:00																																			
13:30																																			
14:00				14:15-15:00 補強					14:15-15:00 補強										14:15-15:00 補強															14:15-15:00 補強	
14:30																																			
15:00				15:00-17:00					15:00-17:00										15:00-17:00															15:00-17:00	
15:30	解散			水中練習		解散			水中練習							解散			水中練習							解散			水中練習					水中練習	
16:00																																			
16:30																																			
17:00				解散					解散										解散															解散	