

	7/23(水)	7/24(木)	7/25(金)	7/26(土)
6時	通常の寮生活 +補習			
7時		起床	起床	起床
		ランニング	ランニング	ランニング
		朝食	朝食	朝食
8時		学習 (学校)	市長杯 中学S コミセン ※終了時刻は未定	市長杯 高校以下予選会 S・団体 コミセン ※終了時刻は未定
9時		練習		
10時				
11時				
12時		昼食		
13時		寝具など移動 ミーティング	練習 (学校)	昼食=自分で弁当 (中1・2は帰省)
14時	練習 (学校)	練習 (学校)		
15時				
16時				
17時	夕食 風呂	夕食 風呂	夕食 風呂	
18時	自由	自由	自由	
19時	学習	学習	学習	
20時				
21時				
22時	就寝準備	就寝準備	就寝準備	
23時	就寝	就寝	就寝	