

項目		土曜日【渋谷区スポーツセンター】							
		Aコート				Bコート			
		第1試合	第2試合	第3試合	第4試合	第1試合	第2試合	第3試合	第4試合
(試合チーム)アリーナ入場	淡色	13:00	14:55	16:45	18:35	13:15	15:05	16:55	18:45
	濃色	13:05	15:00	16:50	18:40	13:20	15:10	17:00	18:50
(選手)練習開始		13:05	15:00	16:50	18:40	13:20	15:10	17:00	18:50
(TO)アリーナ入場		13:15	15:05	16:55	18:45	13:25	15:15	17:05	18:55
試合開始		13:30	15:20	17:10	19:00	13:40	15:30	17:20	19:10
試合終了(予定)		14:40	16:30	18:20	20:10	14:50	16:40	18:30	20:20
アリーナ退場	淡色	14:45	16:35	18:25	20:15	14:55	16:45	18:35	-
	濃色	14:50	16:40	18:30	20:20	15:00	16:50	18:40	-

項目		日曜日【渋谷区スポーツセンター】							
		Aコート				Bコート			
		第1試合	第2試合	第3試合	第4試合	第1試合	第2試合	第3試合	第4試合
(選手)アリーナ入場	淡色	9:00	10:55	12:45	14:35	9:15	11:05	12:55	14:45
	濃色	9:05	11:00	12:50	14:40	9:20	11:10	13:00	14:50
(選手)練習開始		9:05	11:00	12:50	14:40	9:20	11:10	13:00	14:50
(TO)アリーナ入場		9:15	11:05	12:55	14:45	9:25	11:15	13:05	14:55
試合開始		9:30	11:20	13:10	15:00	9:40	11:30	13:20	15:10
試合終了(予定)		10:40	12:30	14:20	16:10	10:50	12:40	14:30	16:20
アリーナ退場	淡色	10:45	12:35	14:25	16:15	10:55	12:45	14:35	16:25
	濃色	10:50	12:40	14:30	16:20	11:00	12:50	14:40	16:30

項目		日曜日【ひがし健康プラザ】			
		Cコート			
		第1試合	第2試合	第3試合	第4試合
(試合チーム)アリーナ入場	淡色	9:00	10:50	12:40	14:30
	濃色	9:05	10:55	12:45	14:35
(選手)練習開始		9:05	11:00	12:50	14:40
(TO)アリーナ入場		9:20	11:10	13:00	14:50
試合開始		9:30	11:20	13:10	15:00
試合終了(予定)		10:40	12:30	14:20	16:10
アリーナ退場	淡色	10:45	12:35	14:25	-
	濃色	11:15	13:05	14:55	-

練習開始は本部に個人チェックリストを入場する
メンバー全員分提出後、練習開始時間から開始