

日	曜日	午前		午後		練習開始		夜間 1		練習開始		夜間 2		練習開始		夜間 3		練習開始		深夜	
		9:00	12:00	13:00	17:00																
1	水	9:00	12:00	13:00	17:00																
2	木	9:00	12:00	13:00	17:00																
3	金	9:00	12:00	13:00	17:00																
4	土	9:00	12:00	13:00	17:00																
5	日	9:00	12:00	13:00	17:00																
6	月	9:00	12:00	13:00	17:00																
7	火	9:00	12:00	13:00	17:00																
8	水	9:00	12:00	13:00	17:00																
9	木	9:00	12:00	13:00	17:00																
10	金	9:00	12:00	13:00	17:00																
11	土	9:00	12:00	13:00	17:00																
12	日	9:00	12:00	13:00	17:00																
13	月	9:00	12:00	13:00	17:00																
14	火	9:00	12:00	13:00	17:00			練習 18:00~ 19:30 10,340円 サンリバーズ (2) 控室 (4)		1	練習 19:45~ 21:10 19,700円 医大A (3) 控室 (5)		2	練習 21:25~ 22:45 18,720円 教育大 (2) 控室 (4)							
15	水	9:00	12:00	13:00	17:00			18:00~ 19:45 フィギュア (2) 控室 (4)			練習 20:00~ 21:15 8,870円 MSサンリバーズ (3) 控室 (5)		3	練習 21:30~ 22:45 17,740円 タートルズ (2) 控室 (4)							
16	木	9:00	12:00	13:00	17:00			練習 18:00~ 19:30 10,340円 サンリバーズ (2) 控室 (4)		4	練習 19:45~ 21:10 19,700円 チェスカーズ (3) 控室 (5)		5	練習 21:25~ 22:45 18,720円 医大B (2) 控室 (4)							
17	金	9:00	12:00	13:00	17:00			18:00~ 19:45 フィギュア (2) 控室 (4)		6	練習 20:00~ 21:45 23,620円 市役所 (3) 控室 (5)			練習 22:00~ 23:45 23,620円 ボンバーズ (2) 控室 (4)							
18	土	9:00	12:00	13:00	17:00			練習 18:00~ 19:30 12,400円 サンリバーズ (2) 控室 (4)		7	練習 19:45~ 21:10 23,620円 ジェッツ (3) 控室 (5)		8	練習 21:25~ 22:45 22,450円 モモンガーズ (2) 控室 (4)			練習 23:00~ 0:45 28,320円 医大A (3) 控室 (5)				
19	日	9:00	12:00	13:00	17:00			練習 18:00~ 19:15 21,270円 9 ファイブスターズ (2) 控室 (4)			練習 19:30~ 20:45 21,270円 レフェリー講習会 (3) 控室 (5)										
20	月	9:00	12:00	13:00	17:00			18:00~ 19:45 フィギュア (2) 控室 (4)		10	練習 20:00~ 21:45 23,620円 ビルバンテ (3) 控室 (5)										
21	火	9:00	12:00	13:00	17:00			練習 18:00~ 19:30 10,340円 サンリバーズ (2) 控室 (4)		11	練習 19:45~ 21:10 19,700円 ブラスターズ (3) 控室 (5)		12	練習 21:25~ 22:45 18,720円 医大A (2) 控室 (4)							
22	水	9:00	12:00	13:00	17:00			18:00~ 19:45 フィギュア (2) 控室 (4)			練習 20:00~ 21:15 8,870円 MSサンリバーズ (3) 控室 (5)		13	練習 21:30~ 22:45 17,740円 チーフスG (2) 控室 (4)							
23	木	9:00	12:00	13:00	17:00	スケート教室		アリーナ IH教室 (2) 控室 (4)		14	練習 20:00~ 21:15 21,270円 キューピッド (3) 控室 (5)		15	練習 21:30~ 22:45 21,270円 1部 タイガース (2) 控室 (4)							
24	金	9:00	12:00	13:00	17:00			18:00~ 19:45 フィギュア (2) 控室 (4)		16	練習 20:00~ 21:45 23,620円 チェスカーズ (3) 控室 (5)			練習 22:00~ 23:45 23,620円 医大A (2) 控室 (4)							
25	土	9:00	12:00	13:00	17:00	ブルーム		練習 18:00~ 19:30 12,400円 サンリバーズ (2) 控室 (4)		17	練習 19:45~ 21:10 23,620円 バトラ (3) 控室 (5)		18	練習 21:25~ 22:45 22,450円 ブルーウィングス (2) 控室 (4)							
26	日	9:00	12:00	13:00	17:00	ブルーム		練習 18:00~ 19:15 21,270円 19 ボンバーズ (2) 控室 (4)		20	練習 19:30~ 20:45 21,270円 メディクス (3) 控室 (5)			練習 21:00~ 22:45 28,320円 教育大 (2) 控室 (4)							
27	月	9:00	12:00	13:00	17:00			18:00~ 19:45 フィギュア (2) 控室 (4)													
28	火	9:00	12:00	13:00	17:00			練習 18:00~ 19:45 11,810円 サンリバーズ (2) 控室 (4)	20:00 S	1	リーグ戦 20:05~ 21:15 1部 キューピッド タイガース メディク (3) 控室 (5)	21:30 S	2	リーグ戦 21:35~ 22:45 1部 BATRA チーフスG 医大A (2) 控室 (4)						練習 23:00~ 0:45 23,620円 医大A (3) 控室 (5)	
29	水	9:00	12:00	13:00	17:00			18:00~ 19:45 フィギュア (2) 控室 (4)			練習 20:00~ 21:15 8,870円 MSサンリバーズ (3) 控室 (5)	21:30 S	3	リーグ戦 21:35~ 22:45 3部 市役所 ブルーウィングス タートル (2) 控室 (4)							
30	木	9:00	12:00	13:00	17:00			練習 18:00~ 19:45 11,810円 サンリバーズ (2) 控室 (4)	20:00 S	4	リーグ戦 20:05~ 21:15 2部 メディクス MSサンリバーズ ビルチェ (3) 控室 (5)	21:30 S	5	リーグ戦 21:35~ 22:45 2部 旭川ジェッツ bir&Ces 医大B (2) 控室 (4)					練習 23:00~ 0:45 23,620円 医大A (3) 控室 (5)		