

上田南リーグ 2026年1月 予定表

スローガン 【 ～人間万事塞翁が馬～クラス目標に向かって突き進もう！ 】(小澤監督)

日	曜日	シニア		メジャー		マイナー		ファーム		学校行事・リーグ会議など
		中2	中1	小6	小5	小4	小3	小2	小1以下	
1	木									
2	金									
3	土									
4	日	自主練習①8:00～10:00②10:00～12:00								
5	月	16:00～20:00								
6	火	16:30～20:00								
7	水			17:30～20:00(グループA・B)		17:30～19:30(グループC・D)				
8	木			17:30～20:00(グループC・D)		17:30～19:30(グループA・B)				
9	金	17:30～20:00								
10	土	①7:30～11:00 ②9:30～13:00		13:00～16:00(グループA・B)/14:30～17:30(グループC・D)		13:00～17:00		8:00～12:00(第2)	8:00～11:00(第2)	
11	日	メディカルチェック 9:00～10:45		8:00～11:00(グループA・B)/9:30～12:30(グループC・D)		9:00～12:00/13:30～メディカルチェック		14:00～17:00(第2)		
12	月	新年行事/PM練習		新年行事		新年行事		新年行事		
13	火	17:30～20:00								
14	水			17:30～20:00(グループA・C)		17:30～19:30(グループB・C)				
15	木			17:30～20:00(グループB・D)		17:30～19:30(グループA・D)				
16	金	17:30～20:00								
17	土	①12:30～16:30 ②14:30～18:30		8:00～11:00(グループA・C)/9:30～12:30(グループB・D)		8:00～12:00		13:00～17:00(第2)	13:00～16:00(第2)	
18	日	休み		休み		休み		休み		
19	月			特練 17:30～19:00		特練 18:00～19:30				
20	火	17:30～20:00								
21	水			17:30～20:00(グループA・D)		17:30～19:30(グループA・C)				
22	木			17:30～20:00(グループB・C)		17:30～19:30(グループB・D)				
23	金	17:30～20:00								
24	土	①7:30～11:00 ②9:30～13:00		13:00～16:00(グループA・D)/14:30～17:30(グループB・C)		13:00～17:00		8:00～12:00(第2)	8:00～11:00(第2)	
25	日	①12:30～16:00 ②14:30～18:00		8:00～11:00(グループA・D)/9:30～12:30(グループB・C)		8:00～12:00		13:00～17:00(第2)	13:00～16:00(第2)	
26	月			特練 17:30～19:00		特練 18:00～19:30				
27	火	17:30～20:00								
28	水			17:30～20:00(グループC・D)		17:30～19:30(グループA・B)				
29	木			17:30～20:00(グループA・B)		17:30～19:30(グループC・D)				
30	金	17:30～20:00 テスト休み:小諸東								
31	土	①12:30～16:00 ②14:30～18:00 テ休:小諸東		8:00～11:00(グループC・D)/9:30～12:30(グループA・B)		8:00～12:00		14:00～17:00(第2)		