

9月部活動計画表

《練習時間》●A日課・B日課　～18時45分　完全下校　●5校時日課～17時45分　完全下校

		陸上部				サッカー部				野球部				ソフトテニス部				バスケットボール部				剣道部				バレーボール部				水泳部				音楽部					
日	曜	練習時間		活動種別		練習時間		活動種別		練習時間		活動種別		練習時間		活動種別		練習時間		活動種別		練習時間		活動種別		練習時間		活動種別		練習時間		活動種別		日	曜				
1	月	15:30	～ 17:30	①練習（校内）		～				15:30	～ 17:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		15:30	～ 17:30	①練習（校内）		～				15:30	～ 17:30	①練習（校内）		～			15:20	～ 16:30	①練習（校内）	1	月		
2	火	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	2	火		
3	水		～			～					～				～				～							～		～					～		3	水			
4	木	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	4	木		
5	金	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	5	金		
6	土		～			8:00	～ 11:00	①練習（校内）		9:00	～ 15:00	④試合（校外）		7:30	～ 15:30	⑤大会（中体連）		8:00	～ 15:30	⑥大会（その他）		～				8:00	～ 11:00	①練習（校内）		～				～		6	土		
7	日	7:30	～ 14:00	④試合（校外）		～				7:30	～ 15:30	⑥大会（その他）		～				8:00	～ 15:30	⑥大会（その他）		～				～							～			7	日		
8	月	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:15	①練習（校内）		～				～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	8	月		
9	火	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	9	火		
10	水		～			～				～				～				～				～				～							～			10	水		
11	木	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	11	木		
12	金	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	12	金		
13	土	8:00	～ 11:00	②練習（校外）		8:00	～ 11:00	①練習（校内）		7:30	～ 15:30	⑥大会（その他）		～				8:00	～ 15:30	④試合（校外）		～				8:00	～ 11:00	①練習（校内）		～				～			13	土	
14	日		～			8:00	～ 11:00	①練習（校内）		～				9:00	～ 12:00	①練習（校内）		～				～				8:00	～ 11:00	①練習（校内）		～				～			14	日	
15	月	8:00	～ 11:00	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		7:30	～ 16:30	⑥大会（その他）		16:30		18:30	①練習（校内）	8:30	～ 12:00	②練習（校外）		～							～				15	月	
16	火	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		8:00	～ 15:00	④試合（校外）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	16	火		
17	水		～			～				～				～				～				～				～							～			17	水		
18	木	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	1 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	18	木		
19	金	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	19	金		
20	土	8:00	～ 11:00	②練習（校外）		8:00	～ 12:00	⑥大会（その他）		8:00	～ 15:00	④試合（校外）		9:00	～ 12:00	②練習（校外）		16:00	～ 19:00	①練習（校内）		～				8:00	～ 15:00	⑤大会（中体連）		～				～			20	土	
21	日		～			～				～				～				～				～				8:00	～ 15:00	⑤大会（中体連）		～				～			21	日	
22	月	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				～							16:30	～ 17:30	①練習（校内）	22	月		
23	火	8:00	～ 16:30	⑥大会（その他）		8:00	～ 11:00	①練習（校内）		8:00	～ 15:00	④試合（校外）		9:00	～ 12:00	①練習（校内）		8:00	～ 16:30	⑥大会（その他）		～				～							～				23	火	
24	水	16:30	～ 18:30	②練習（校外）		～				～				～				～				～				～							～				24	水	
25	木					16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	25	木		
26	金	15:30	～ 17:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30			16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	26	金		
27	土	8:00	～ 11:00	②練習（校外）		8:00	～ 12:00	⑥大会（その他）		7:30	～ 15:30	⑥大会（その他）		7:30	～ 12:30	⑤大会（中体連）		8:00	～ 15:30	⑥大会（その他）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				～			27	土	
28	日		～			～				7:30	～ 15:30	⑥大会（その他）		～				8:00	～ 15:30	⑥大会（その他）	8:00	～ 11:30	①練習（校内）		～							～				28	日		
29	月	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:15	①練習（校内）		～				～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	29	月		
30	火	16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		16:30	～ 18:15	①練習（校内）		16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～				16:30	～ 18:30	①練習（校内）		～			16:30	～ 17:30	①練習（校内）	30	火		

《遵守事項》

①部活動の規定を守って活動すること。②交通事故に注意し、特に自転車はルールを守って安全に使用すること。

③練習後の後片付けを確実に行うこと。施錠も確認すること。④熱中症に十分に気を付けて活動すること。※20分に1回は必ず休憩を取りましょう。また、スポーツドリンクや塩分タブレット等を計画的に補給しましょう。

《その他》土日祝等に大会が入っている部は、その結果によってスケジュールが変更になる場合があります。その際は、各部活動顧問にご確認ください。