

部活動練習計画【運動部女子】

2020/7月			陸上競技部			バレーボール部女子			女子卓球部			女子ソフトテニス			ソフトボール部			女子バスケットボール部		
日	曜	行事等	練習時間	時間計	活動種別	練習時間	時間計	活動種別	練習時間	時間計	活動種別	練習時間	時間計	活動種別	練習時間	時間計	活動種別	練習時間	時間計	活動種別
1	水		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)				17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	14:00 ~ 16:00	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
2	木	45分主権者教育	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
3	金		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
4	土	土曜補習	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	13:00 ~ 16:00	3:00	①練習 (校内)	13:00 ~ 17:30	4:30	①練習 (校内)	13:30 ~ 16:30	3:00	①練習 (校内)	13:00 ~ 16:00	3:00	①練習 (校内)	13:00 ~ 16:00	3:00	①練習 (校内)
5	日		9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:15 ~ 11:15	3:00	①練習 (校内)												
6	月	福祉科実習(～10日)				16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
7	火		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
8	水		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)				17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)				16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
9	木		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
10	金		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
11	土	対外模試	9:00 ~ 12:00	3:00	⑤大会 (高体連)				16:00 ~ 18:30	2:30	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	15:00 ~ 17:00	2:00	①練習 (校内)	15:00 ~ 18:00	3:00	①練習 (校内)
12	日					10:00 ~ 15:00	5:00	②練習 (校外)							9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)			
13	月		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
14	火		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
15	水	45分職員会議	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)				17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)				16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
16	木		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
17	金	校内スポーツ大会	7:00 ~ 18:00	11:00	⑥大会 (その他)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
18	土		7:00 ~ 18:00	11:00	⑥大会 (その他)	10:00 ~ 14:00	4:00	①練習 (校内)				9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:30 ~ 11:30	3:00	①練習 (校内)
19	日		7:00 ~ 18:00	11:00	⑥大会 (その他)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	13:00 ~ 16:30	3:30	①練習 (校内)				9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)			
20	月	45分終業式・三者面談(～22日)				16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	14:00 ~ 16:30	2:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
21	火		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
22	水		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)				17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)				16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
23	木	海の日	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:15 ~ 11:15	3:00	①練習 (校内)	8:30 ~ 12:00	3:30	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	9:00 ~ 17:00	8:00	⑥大会 (その他)	8:30 ~ 11:30	3:00	①練習 (校内)
24	金	スポーツの日	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:15 ~ 11:15	3:00	①練習 (校内)	8:30 ~ 12:00	3:30	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	9:00 ~ 17:00	8:00	④試合 (校外)			
25	土		9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:15 ~ 11:15	3:00	①練習 (校内)	8:30 ~ 12:00	3:30	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)				8:30 ~ 11:30	3:00	①練習 (校内)
26	日																			
27	月	授業設定日	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
28	火	授業設定日	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
29	水	授業設定日	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)				17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)				16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
30	木	授業設定日	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	13:30 ~ 15:30	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)
31	金	授業設定日	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	13:30 ~ 15:30	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)

# 部活動練習計画【運動男子】

2020/7月			陸上競技部			サッカー部			男子卓球部			男子ソフトテニス部			男子バスケットボール部			野球部			
日	曜	行事等	練習時間	時間計	活動種別	練習時間	時間計	活動種別	練習時間	時間計	活動種別	練習時間	時間計	活動種別	練習時間	時間計	活動種別	練習時間	時間計	活動種別	
1	水		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
2	木	45分主権者教育	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
3	金		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
4	土	土曜補習	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	13:00 ~ 16:00	3:00	①練習 (校内)	13:00 ~ 17:30	4:30	①練習 (校内)	13:30 ~ 16:30	3:00	①練習 (校内)	13:00 ~ 16:00	3:00	①練習 (校内)	9:30 ~ 17:30	8:00	④試合 (校外)	
5	日		9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)													8:00 ~ 12:00	4:00	①練習 (校内)	
6	月	福祉科実習(～10日)				16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)				
7	火		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
8	水		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
9	木		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
10	金		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	7:30 ~ 19:30	12:00	⑥大会 (その他)	
11	土	対外模試	9:00 ~ 12:00	3:00	⑥大会 (高体連)	14:30 ~ 16:30	2:00	①練習 (校内)	16:00 ~ 18:30	2:30	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	15:00 ~ 18:00	3:00	①練習 (校内)	8:00 ~ 16:00	8:00	⑥大会 (その他)	
12	日																	8:00 ~ 16:00	8:00	⑥大会 (その他)	
13	月		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
14	火		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)				
15	水	45分職員会議	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:10 ~ 18:10	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
16	木		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
17	金	校内スポーツ大会	7:00 ~ 18:00	11:00	⑥大会 (その他)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
18	土		7:00 ~ 18:00	11:00	⑥大会 (その他)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)				9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:30 ~ 11:30	3:00	①練習 (校内)	8:00 ~ 12:00	4:00	①練習 (校内)	
19	日		7:00 ~ 18:00	11:00	⑥大会 (その他)				13:00 ~ 16:30	3:30	①練習 (校内)							8:00 ~ 12:00	4:00	①練習 (校内)	
20	月	45分終業式・三者面談(～22日)				16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	14:00 ~ 16:30	2:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
21	火		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)				
22	水		16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
23	木	海の日	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:30 ~ 12:00	3:30	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:30 ~ 11:30	3:00	①練習 (校内)	8:00 ~ 15:00	7:00	④試合 (校外)	
24	金	スポーツの日	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:30 ~ 12:00	3:30	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:30 ~ 11:30	3:00	①練習 (校内)	8:00 ~ 12:00	4:00	①練習 (校内)	
25	土		9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:30 ~ 12:00	3:30	①練習 (校内)	9:00 ~ 12:00	3:00	①練習 (校内)	8:30 ~ 11:30	3:00	①練習 (校内)	8:00 ~ 12:00	4:00	①練習 (校内)	
26	日																				
27	月	授業設定日	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
28	火	授業設定日	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
29	水	授業設定日	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
30	木	授業設定日	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	
31	金	授業設定日	16:45 ~ 18:45	2:00	①練習 (校内)	16:40 ~ 18:40	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50 ~ 18:40	1:50	①練習 (校内)	16:30 ~ 18:30	2:00	①練習 (校内)	17:00 ~ 19:00	2:00	①練習 (校内)	