

部活動練習計画【運動部女子】

2020/10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	木	中間考査3日目		～				～					～					～							～							
2	金	中間考査4日目	15:00	～	17:00	2:00	①練習 (校内)	16:45	～	18:45	2:00	①練習 (校内)	14:00	～	17:30	3:30	①練習 (校内)	16:50	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	13:00	～	15:00	2:00	①練習 (校内)	13:00	～	16:00	3:00	①練習 (校内)
3	土	全学年補習	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	13:00	～	16:00	3:00	①練習 (校内)	14:00	～	17:30	3:30	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)	13:00	～	15:00	2:00	①練習 (校内)
4	日	2年生創ボラ	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	8:15	～	11:15	3:00	①練習 (校内)		～					～					～								
5	月			～				16:45	～	18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00	～	18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
6	火	3年清掃実習	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	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
7	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	～	18:50	2:00	①練習 (校内)		～				16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
8	木	薬物乱用防止講話	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	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
9	金	陸上国体(～13) 2年就公模試	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	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
10	土	3年模試 GLスピーチコン	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	8:15	～	11:15	3:00	①練習 (校内)	8:30	～	11:30	3:00	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)
11	日	3年模試	9:00	～	12:00	3:00	②練習 (校外)	9:00	～	15:00	6:00	②練習 (校外)		～					～				9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)		～			
12	月			～				16:45	～	18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00	～	18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
13	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	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
14	水	県家庭クラブ研究発表大会	16:45	～	18:45	2:00	①練習 (校内)		～				17:00	～	18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50	～	18:50	2:00	①練習 (校内)		～				16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
15	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	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
16	金	陸上九州新人(～18)	7:00	～	18:00	11:00	⑤大会 (高体連)	16:45	～	18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00	～	18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
17	土	バイク通学生講習	7:00	～	18:00	11:00	⑤大会 (高体連)	10:00	～	17:00	7:00	④試合 (校外)	8:30	～	17:00	8:30	⑤大会 (高体連)	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	9:00	～	17:00	8:00	④試合 (校外)	8:30	～	11:30	3:00	①練習 (校内)
18	日	放送地区大会	7:00	～	17:00	10:00	⑤大会 (高体連)	8:15	～	11:15	3:00	④試合 (校外)	8:30	～	17:00	8:30	⑤大会 (高体連)		～					～								
19	月	ノ一残業ノ一会議デー		～				16:45	～	18:45	2:00	①練習 (校内)		～				16:50	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
20	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	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
21	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	～	18:50	2:00	①練習 (校内)		～				16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
22	木	文化祭前45分(～30)	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	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	17:15	～	18:30	1:15	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
23	金	陸上U18日本選手権(～15)	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	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	17:15	～	18:30	1:15	①練習 (校内)		～			
24	土	3年模試ソフトテニス新 バスケ選抜県予選	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	16:45	～	18:45	2:00	①練習 (校内)	8:30	～	11:30	3:00	①練習 (校内)	9:00	～	12:00	3:00	⑤大会 (高体連)	9:00	～	12:00	3:00	③試合 (校内)	9:00	～	17:00	8:00	⑥大会 (その他)
25	日	3年模試 島原ジュニア陸		～				16:45	～	18:45	2:00	①練習 (校内)		～				9:00	～	12:00	3:00	⑤大会 (高体連)	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	9:00	～	17:00	8:00	⑥大会 (その他)
26	月			～				16:45	～	18:45	2:00	①練習 (校内)	17:00	～	18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50	～	18:50	2:00	⑤大会 (高体連)	17:15	～	18:30	1:15	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
27	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)		～				17:15	～	18:30	1:15	①練習 (校内)	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
28	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	～	18:50	2:00	①練習 (校内)		～				16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)
29	木	代休	16:45	～	18:45	2:00	①練習 (校内)	8:15	～	11:15	3:00	①練習 (校内)	8:00	～	11:00	3:00	①練習 (校内)	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	17:15	～	18:30	1:15	①練習 (校内)	8:30	～	11:30	3:00	①練習 (校内)
30	金	駅伝壮行式 家庭科検定	16:45	～	18:45	2:00	①練習 (校内)		～				17:00	～	18:30	1:30	①練習 (校内)	16:50	～	18:50	2:00	①練習 (校内)	17:15	～	18:30	1:15	①練習 (校内)		～			
31	土	菖蒲祭 ソフトボール全国選抜県予選	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)		～					～				9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	9:00	～	15:00	6:00	⑤大会 (高体連)		～			

# 部活動練習計画【運動男子】

2020/10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	木	中間考査3日目	～			～			～			16:50	～	18:40	1:50	①練習(校内)	～		～													
2	金	中間考査4日目	15:00	～	17:00	2:00	①練習(校内)	14:00	～	17:00	3:00	①練習(校内)	14:00	～	17:30	3:30	①練習(校内)	16:50	～	18:40	1:50	①練習(校内)	13:00	～	16:00	3:00	①練習(校内)	14:00	～	18:00	4:00	①練習(校内)
3	土	全学年補習	9:00	～	12:00	3:00	①練習(校内)	13:00	～	16:00	3:00	①練習(校内)	14:00	～	17:30	3:30	①練習(校内)	9:00	～	12:00	3:00	①練習(校内)	13:00	～	16:00	3:00	①練習(校内)	13:00	～	17:00	4:00	①練習(校内)
4	日	2年生創ボラ	9:00	～	12:00	3:00	①練習(校内)	～				～						～					8:00	～	11:00	3:00	①練習(校内)					
5	月		～			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)	～						
6	火	3年清掃実習	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)
7	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)
8	木	薬物乱用防止講話	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	金	陸上国体(～13)2年就公模試	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	土	3年模試 GLスピーチコン	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)	～					8:30	～	11:30	3:00	①練習(校内)	8:30	～	16:00	7:30	④試合(校外)
11	日	3年模試	9:00	～	12:00	3:00	②練習(校外)	～				～						～					9:00	～	14:00	5:00	④試合(校外)					
12	月		～			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)	～						
13	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)
14	水	県家庭クラブ研究発表大会	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)
15	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)
16	金	陸上九州新人(～18)	7:00	～	18:00	11:00	⑤大会(高体連)	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	土	バイク通学生講習	7:00	～	18:00	11:00	⑤大会(高体連)	9:00	～	12:00	3:00	①練習(校内)	8:30	～	17:00	8:30	⑤大会(高体連)	～					8:30	～	11:30	3:00	①練習(校内)	8:00	～	11:00	3:00	①練習(校内)
18	日	放送地区大会	7:00	～	17:00	10:00	⑤大会(高体連)	～				8:30	～	17:00	8:30	⑤大会(高体連)	～						9:00	～	17:00	8:00	④試合(校外)					
19	月	ノ一残業ノ一会議デー	～			16:40	～	18:40	2:00	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)	～					
20	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)
21	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)
22	木	文化祭前45分(～30)	16:45	～	18:45	2:00	①練習(校内)	17:15	～	18:40	1:25	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	金	陸上U18日本選手権(～15)	16:45	～	18:45	2:00	①練習(校内)	17:15	～	18:40	1:25	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	～	19:00	2:00	①練習(校内)	
24	土	3年模試ソフトテニス県新バスケ選抜県予選	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	～	17:00	9:00	⑥大会(その他)	8:00	～	11:00	3:00	①練習(校内)
25	日	3年模試 島原ジュニア陸	～			～						～					～					8:00	～	17:00	9:00	⑥大会(その他)						
26	月		～			17:15	～	18:40	1:25	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	～	19:00	2:00	①練習(校内)			
27	火		16:45	～	18:45	2:00	①練習(校内)	17:15	～	18:40	1:25	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	水		16:45	～	18:45	2:00	①練習(校内)	17:15	～	18:40	1:25	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	木	代休	9:00	～	12:00	3:00	①練習(校内)	9:00	～	12:00	3:00	①練習(校内)	8:00	～	11:00	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	～	11:00	3:00	①練習(校内)
30	金	駅伝壮行式 家庭科検定	16:45	～	18:45	2:00	①練習(校内)	17:15	～	18:40	1:25	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	土	菖蒲祭 ソフトボール全国選抜県予選	9:00	～	12:00	3:00	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)	