

○ 向陽高校 部活動練習計画 2023年5月

| 5月 | 部活動名 | バレーボール | バスケットボール | | バドミントン | | テニス | 剣道部 | ソフトボール部 | 音楽部 | パティシエ倶楽部 | ダンス |
|--------|------|--------|------------------------|-------------|-------------|--------------------------|-------------|-------------|----------------------|-------------|-------------|-----------------|
| | | | 男子 | 女子 | 男子 | 女子 | 女子 | | | | | |
| 基本活動場所 | | 本校体育館 | 本校体育館 | 本校体育館 | 本校体育館 | 本校体育館 | 本校テニスコート | 本校講堂 | リハビリテーション学院 グラウンド | 本校音楽室 | パティシエ実習室 | 看護実習室 月・木は校外 |
| 1 | 月 | 振休 | 15:00~18:45 | シーハット | 12:00~15:00 | 9:00~12:00 | 休養日 | 9:00~12:00 | 休み | 休み | 休み | 休み |
| 2 | 火 | 振休 | 12:00~15:00 | 15:00~18:00 | 9:00~12:00 | 15:00~18:00 | 9:00~12:00 | 9:00~12:00 | 9:00~11:30 | 9:00~12:00 | 休み | 休み |
| 3 | 水 | 憲法記念日 | 佐世保実業練習試合 | 遠征 | 練習試合 | 練習試合(長崎東) 14:00~17:00 | 9:00~12:00 | 練習試合 | 練成会 | 福岡遠征 | 休み | 休み |
| 4 | 木 | みどりの日 | 佐世保実業練習試合 | 遠征 | 練習試合 | 9:00~12:00 | 9:00~12:00 | 9:00~12:00 | 練成会 | 福岡遠征 | 休み | 休み |
| 5 | 金 | こどもの日 | 佐世保実業練習試合 | 遠征 | 練習試合 | 9:00~12:00 | 9:00~12:00 | 9:00~12:00 | 練成会 | 福岡遠征 | 休み | 休み |
| 6 | 土 | | 活水練習試合 | 遠征 | 休み | 9:00~12:00 | 8:00~12:00 | 9:00~12:00 | 練習試合 | 休み | 休み | 休み |
| 7 | 日 | | 休み | 休み | 休み | 休み | 休養日 | 休み | 休み | 9:00~12:00 | 休み | 休み |
| 8 | 月 | | 休み | 17:45~18:45 | 16:40~17:45 | 16:45~18:45 | 16:30~19:00 | 休み | 17:00~18:30 | 休み | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 |
| 9 | 火 | | 校内トレーニング | 17:45~18:45 | 16:40~17:45 | 休み | 16:30~19:00 | 16:45~18:40 | 休み | 17:00~19:00 | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 |
| 10 | 水 | | 校内トレーニング | 16:40~17:40 | 17:45~18:50 | シーハット | 16:30~19:00 | 16:45~18:40 | 17:00~18:30 | 17:00~19:00 | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 |
| 11 | 木 | | 16:45~18:45 | 休み | トレーニング | 16:45~18:45 | 16:30~19:00 | 16:45~18:40 | 17:00~18:30 | 17:00~19:00 | 16:30~18:00 | 15:30~18:00 |
| 12 | 金 | | 16:45~18:45 | 16:40~17:40 | 17:45~18:50 | シーハット | 16:30~19:00 | 16:10~18:40 | 16:30~18:30 | 17:00~19:00 | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 |
| 13 | 土 | | 8:00~12:00 | 12:00~15:00 | 15:00~18:00 | 12:00~15:00 | 9:00~12:00 | 9:00~12:00 | 9:00~11:30 | 自主練習 | 休み | 休み |
| 14 | 日 | | 15:00~18:45 | 9:00~12:00 | 12:00~15:00 | 9:00~12:00 | 休養日 | 9:00~12:00 | 9:00~11:30 | 9:00~12:00 | 休み | 休み |
| 15 | 月 | | 休み | 17:45~18:45 | 16:40~17:45 | 16:45~18:45 | 休養日 | 休み | 16:30~18:30 | 休み | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 |
| 16 | 火 | | シーハット大村18:00~ 19:00 | 17:45~18:45 | 16:40~17:45 | 休み | 16:30~19:00 | 16:10~18:40 | 休み | 17:00~19:00 | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 |
| 17 | 水 | | 校内トレーニング | 16:40~17:40 | 17:45~18:50 | 外練 | 16:30~19:00 | 16:10~18:40 | 16:30~18:30 | 17:00~19:00 | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 |
| 18 | 木 | | 16:45~18:45 | 休み | 休み | 16:45~18:45 | 16:30~19:00 | 16:10~18:40 | 16:30~18:30 | 17:00~19:00 | 16:30~18:00 | 15:30~18:00 |
| 19 | 金 | | 16:45~18:45 | 16:40~17:40 | 17:45~18:50 | シーハット | 16:30~19:00 | 16:10~18:40 | 16:30~18:30 | 17:00~19:00 | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 |
| 20 | 土 | | 12:00~15:00 | 15:00~18:00 | 9:00~12:00 | 15:00~18:00 | 9:00~12:00 | 9:00~12:00 | 9:00~11:30 | 福岡遠征 | 休み | 休み |
| 21 | 日 | | 8:00~12:00 | 12:00~15:00 | 15:00~18:00 | 12:00~15:00 | 9:00~12:00 | 9:00~12:00 | 9:00~11:30 | 福岡遠征 | 休み | 休み |
| 22 | 月 | | 休み | シーハット | 16:40~17:45 | 16:45~18:45 | 休養日 | 休み | 16:30~18:30 | 休み | 9:00~18:00 | 16:30~18:00 |
| 23 | 火 | | 校内トレーニング | シーハット | 16:40~17:45 | 休み | 16:30~19:00 | 16:10~18:40 | 休み | 17:00~19:00 | 9:00~18:00 | 16:30~18:00 |
| 24 | 水 | | 校内トレーニング | 16:40~17:40 | 17:45~18:50 | シーハット | 16:30~19:00 | 16:10~18:40 | 16:30~18:30 | 17:00~19:00 | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 |
| 25 | 木 | | 16:45~18:45 | 休み | 休み | 16:45~18:45 | 16:30~19:00 | 16:10~18:40 | 16:30~18:30 | 17:00~19:00 | 16:30~18:00 | 15:30~18:00 |
| 26 | 金 | | 16:45~18:45 | シーハット | 17:45~18:50 | シーハット | 16:30~18:30 | 16:10~18:40 | 16:30~18:30 | 17:00~19:00 | 16:30~18:00 | 16:30~18:00 |
| 27 | 土 | | 15:00~18:45 | 9:00~12:00 | 12:00~15:00 | 9:00~12:00 | 9:00~12:00 | 9:00~12:00 | 9:00~11:30 | 大分遠征 | 休み | 休み |
| 28 | 日 | | 12:00~15:00 | 15:00~18:00 | 9:00~12:00 | 15:00~18:00 | 9:00~12:00 | 9:00~12:00 | 9:00~11:30 | 大分遠征 | 休み | 休み |
| 29 | 月 | 高総体振休 | 8:00~12:00 | シーハット | 15:00~18:00 | 12:00~15:00 | 休養日 | 休み | 9:00~11:30 | 休み | 休み | 休み |
| 30 | 火 | 高総体壮行会 | シーハット大村18:00~ 19:00 | 17:45~18:45 | 16:40~17:45 | 休み | 16:30~19:00 | 16:10~18:40 | 16:30~18:30 | 17:00~19:00 | 休み | 16:30~18:30 |
| 31 | 水 | | 校内トレーニング | 16:40~17:40 | 17:45~18:50 | 外練 | 16:30~19:00 | 16:10~18:40 | 16:30~18:30 | 17:00~19:00 | 休み | 16:30~18:30 |