

○ 向陽高校 部活動練習計画 2024年1月

1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	
	基本活動場所	本校体育館	男子	女子	男子	女子	女子						
1	月	元日	休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み	
2	火		休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み	
3	水		休み	休み	休み	休み	休み	休み	13:00~16:00	休み	休み	休み	
4	木		15:00~18:00	9:00~12:00	休み	9:00~12:00	休み	14:00~16:30	9:00~13:00	休み	休み	休み	
5	金		15:00~18:00	12:00~15:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	12:30~14:30	9:00~13:00	休み	休み	休み	
6	土		12:00~15:00	9:00~12:00	練習試合	9:00~17:00	練習試合	9:00~11:30	9:00~13:00	休み	休み	休み	
7	日	冬期休業終了	8:00~12:00	12:00~15:00	練習試合	9:00~12:00	9:00~12:00	練習試合	9:00~13:00	休み	休み	休み	
8	月	成人の日	15:00~18:00	9:00~12:00	練習試合	9:00~12:00	休み	練習試合	休み	休み	休み	16:30~18:30	
9	火	全校集会	休み	トレーニング	16:40~18:50	休み	16:30~19:00	16:45~18:40	16:30~18:30	休み	16:30~18:00	16:30~18:30	
10	水		校内トレーニング	16:30~19:00	休み	外練	16:30~19:00	16:30~18:40	16:00~18:00	17:00~19:30	16:30~18:00	15:30~18:00	16:30~18:30
11	木		16:45~18:45	トレーニング	トレーニング	16:45~18:45	16:30~19:00	16:45~18:40	16:00~18:00	17:00~19:30	16:30~18:00	15:30~18:00	16:30~18:30
12	金		外練	休み	トレーニング	休み	16:30~19:00	13:00~16:00	13:30~15:30	17:00~19:30	16:30~18:00	15:30~18:00	休み
13	土		外練	休み	練習試合	9:00~17:00	9:00~12:00	9:00~11:30	トレーニング	休み	休み	休み	
14	日		外練	休み	練習試合	9:00~12:00	大会	全国選抜	トレーニング	休み	休み	休み	
15	月	推薦・特別試験	外練	休み	自主練	休み	休み	休み	休み	休み	休み	校外	
16	火	一般・特別試験	外練	トレーニング	15:00~18:00	休み	16:30~19:00	15:00~18:00	15:30~17:30	14:00~16:00	休み	休み	休み
17	水		休み	17:30~19:00	休み	外練	16:30~19:00	16:45~18:40	16:30~18:30	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
18	木		16:45~18:45	トレーニング	トレーニング	16:45~18:45	16:30~19:00	16:00~18:40	15:30~17:30	17:00~19:30	16:30~18:00	15:30~18:00	16:30~18:30
19	金		16:45~18:45	トレーニング	16:40~18:50	外練	16:30~19:00	16:45~18:40	16:30~18:30	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
20	土		12:00~18:45	9:00~12:00	県新人大会	9:00~12:00	9:00~17:00	9:00~12:00	9:00~11:30	練習試合	休み	休み	休み
21	日		12:00~18:45	9:00~12:00	県新人大会	9:00~12:00	9:00~12:00	休み	9:00~11:30	練習試合	休み	休み	休み
22	月		校内トレーニング	16:30~19:00	トレーニング	16:45~18:45	休み	休み	16:30~18:30	休み	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
23	火	3年後期期末	休み	トレーニング	16:40~18:50	休み	13:30~15:30	16:45~18:40	休み	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:00
24	水	3年後期期末	校内トレーニング	16:30~19:00	休み	外練	13:30~15:30	16:45~18:40	16:30~18:30	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:00
25	木	3年後期期末	16:45~18:45	休み	トレーニング	16:45~18:45	13:30~15:30	16:45~18:40	16:00~18:00	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:00
26	金	3年後期期末	16:45~18:45	トレーニング	16:40~18:50	外練	16:30~19:00	14:30~18:00	16:30~18:30	17:00~19:30	16:30~18:00	15:30~18:00	16:30~18:00
27	土		県新人大会 (本校にて練習7:15~)	9:00~12:00	15:00~18:00	12:00~15:00	9:00~17:00	9:00~12:00	9:00~11:30	9:00~12:00	休み	休み	休み
28	日		県新人大会 (本校にて練習7:15~)	15:00~18:00	12:00~15:00	15:00~18:00	9:00~12:00	9:00~16:00	県下女子	9:00~12:00	休み	休み	休み
29	月	一次試験	県新人大会	17:30~19:00	自主練	15:00~17:00	休み	休み	休み	休み	休み	16:30~18:00	
30	火		休み	トレーニング	16:40~18:50	休み	16:30~19:00	16:45~18:40	16:30~18:30	17:00~19:30	休み	16:30~18:00	16:30~18:00
31	水		校内トレーニング	16:30~19:00	休み	外練	16:30~19:00	16:45~18:40	16:30~18:30	17:00~19:30	休み	16:30~18:00	16:30~18:00