

○ 向陽高校 部活動練習計画 2024年3月

3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	講堂 月・木は校外	
1	金	卒業式	校内トレーニング	休み	休み	休み	17:00~19:00	休み	13:30~15:30	17:00~19:30	休み	休み	休み
2	土		外練習	休み	練習試合	シールド 12:00~15:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~11:30	長与大会	休み	休み	休み
3	日		外練習	休み	ひなまつりカップ	休み	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~11:30	長与大会	休み	休み	休み
4	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	16:40~18:30	休み	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
5	火		休み	トレーニング	16:40~18:55	休み	17:00~19:00	16:45~18:40	休み	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
6	水		校内トレーニング	16:30~19:00	トレーニング	外練	17:00~19:00	16:45~18:40	16:40~18:30	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
7	木		16:45~18:45	休み	トレーニング	16:45~18:45	17:00~19:00	16:45~18:40	15:40~18:00	17:00~19:30	16:30~18:00	15:30~18:00	16:30~18:30
8	金		16:45~18:45	トレーニング	16:40~18:55	外練	17:00~19:00	16:00~18:40	16:40~18:30	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
9	土		諫早市バレーボール協会旗	9:00~12:00	12:00~15:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~11:30	9:00~12:00	休み	休み	休み
10	日		諫早市バレーボール協会旗	12:00~15:00	9:00~12:00	12:00~15:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~11:30	練習試合	休み	休み	休み
11	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	16:40~18:30	休み	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
12	火		休み	トレーニング	16:40~18:55	休み	17:00~19:00	16:45~18:40	休み	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
13	水	各種委員会	校内トレーニング	16:30~19:00	休み	外練	17:00~19:00	16:00~18:40	16:00~18:00	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
14	木		校内トレーニング	休み	トレーニング	シールド 16:00~18:00	17:00~19:00	16:00~18:40	15:40~18:00	17:00~19:30	16:30~18:00	15:30~18:00	16:30~18:30
15	金		校内トレーニング	休み	トレーニング	外練	17:00~19:00	16:45~18:40	16:40~18:30	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
16	土		外練習	休み	休み	休み	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~11:30	練習試合	休み	9:00~13:00	休み
17	日		12:00~15:00	9:00~12:00	15:00~18:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~11:30	練習試合	休み	休み	休み
18	月		休み	16:30~19:00	トレーニング	16:45~18:45	休み	休み	16:40~18:30	休み	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
19	火		校内トレーニング	トレーニング	16:40~18:55	休み	16:30~19:00	16:45~18:40	休み	17:00~19:30	16:30~18:00	16:30~18:00	16:30~18:30
20	水	春分の日	ウエスレヤン杯	9:00~12:00	12:00~15:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~11:30	練習試合	休み	休み	休み
21	木	クラスマッチ	16:45~18:45	トレーニング	休み	16:45~18:45	16:30~19:00	16:45~18:40	16:40~18:30	17:00~19:30	休み	休み	16:30~18:00
22	金	終業式	校内トレーニング	休み	トレーニング	休み	16:30~19:00	13:00~16:00	休み	17:00~19:30	休み	休み	16:30~18:30
23	土		外練習	休み	練習試合	休み	9:00~12:00	9:00~12:00	休み	トレーニング	休み	休み	休み
24	日	春季休業	外練習	休み	練習試合	休み	9:00~12:00	9:00~12:00	休み	9:00~12:00	休み	休み	休み
25	月		14:00~16:00	16:00~18:00	14:00~16:00	16:00~18:00	9:00~12:00	休み	13:00~15:30	休み	休み	休み	16:30~18:00
26	火		15:00~18:45	12:00~15:00	9:00~12:00	12:00~15:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~11:30	17:00~19:30	9:00~12:00	休み	休み
27	水		12:00~15:00	9:00~12:00	15:00~18:00	9:00~12:00	9:00~12:00	大会	9:00~11:30	17:00~19:30	9:00~12:00	休み	休み
28	木		8:00~12:00	15:00~18:00	12:00~15:00	15:00~18:00	9:00~12:00	大会	9:00~11:30	17:00~19:30	9:00~12:00	休み	16:30~18:00
29	金		15:00~18:45	12:00~15:00	9:00~12:00	12:00~15:00	9:00~12:00	大会	9:00~11:30	17:00~19:30	9:00~12:00	休み	休み
30	土		12:00~15:00	9:00~12:00	15:00~18:00	9:00~12:00	9:00~12:00	休み	9:00~11:30	9:00~12:00	休み	休み	休み
31	日		8:00~12:00	15:00~18:00	12:00~15:00	15:00~18:00	9:00~12:00	休み	9:00~11:30	9:00~12:00	休み	休み	休み