

○ 向陽高校 部活動練習計画 2025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	柔道
		基本活動場所	本校体育館	男子	女子	男子	女子	女子						
				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						
1	木		16:45～18:45	トレーニング	トレーニング	16:45～18:45	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	9:00～11:30	9:00～13:00	16:35～18:00	15:30～18:00	16:30～18:30	休み
2	金	振休	12:00～15:00	校外練習	練習試合	休み	9:00～12:00	黒丸 9:00～12:00	9:00～11:30	9:00～13:00	休み	休み	休み	休み
3	土	憲法記念日	練習試合	12:00～15:00	練習試合	長崎東（@向陽） 9:00～12:00	9:00～12:00	荒瀬 9:00～12:00	9:00～11:30	福岡遠征	休み	休み	休み	休み
4	日	みどりの日	15:00～19:00	練習試合	12:00～15:00	合同強化練習会(相浦) 9:00～17:00	9:00～12:00	練習試合	9:00～11:30	福岡遠征	休み	休み	休み	休み
5	月	こどもの日	練習試合	12:00～15:00	練習試合	佐世保実業 13:00～17:00	9:00～12:00	休み	9:30～14:00	福岡遠征	休み	休み	休み	休み
6	火	振替休日	休み	10:00～13:00	休み	休み	休み	合同練習(佐世保)	休み	休み	休み	休み	休み	9:00～12:00
7	水		校外練習	16:30～19:00	休み	外部練習	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	16:40～18:30	17:00～19:00	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
8	木		校外練習	休み	トレーニング	16:45～18:45	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	16:00～18:30	17:00～19:00	15:40～18:00	15:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
9	金		16:45～18:45	校外練習	16:40～19:00	トレーニング	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	16:40～18:30	九州大会	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
10	土	三役会・評議員 会・総会	15:00～19:00	9:00～12:00	12:00～15:00	9:00～12:00	17:00～19:00	荒瀬 9:00～12:00	9:00～11:30	九州大会	休み	休み	休み	休み
11	日		12:00～15:00	15:00～18:00	9:00～12:00	15:00～18:00	9:00～12:00	休み	9:00～11:30	九州大会	休み	休み	休み	休み
12	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	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	休み
13	火		校外練習	トレーニング	16:40～19:00	休み	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	休み	17:00～19:00	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
14	水		校外練習	16:30～19:00	休み	外部練習	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	16:40～18:30	17:00～19:00	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
15	木		16:45～18:45	休み	トレーニング	16:45～18:45	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	16:00～18:30	17:00～19:00	15:40～18:00	15:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
16	金		16:45～18:45	校外練習	16:40～19:00	トレーニング	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	16:40～18:30	17:00～19:00	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
17	土		11:00～15:00	9:00～11:00	15:00～18:00	9:00～12:00	9:00～12:00	荒瀬 9:00～12:00	9:00～11:30	練習試合	休み	休み	休み	休み
18	日		8:00～12:00	休み	12:00～15:00	中地区団体戦 9:00～とどろき体育館	9:00～12:00	荒瀬 9:00～12:00	9:00～11:30	練習試合	休み	休み	休み	休み
19	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	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	休み
20	火		校外練習	トレーニング	休み	休み	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	休み	17:00～19:00	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
21	水		校外練習	校外練習	16:40～19:00	外部練習	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	16:40～18:30	17:00～19:00	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
22	木		16:45～18:45	休み	トレーニング	16:45～18:45	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	16:40～18:30	17:00～19:00	16:35～18:00	15:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
23	金		16:45～18:45	トレーニング	16:40～19:00	トレーニング	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	16:40～18:30	17:00～19:00	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
24	土		12:00～15:00	15:00～18:00	9:00～12:00	15:00～18:00	9:00～12:00	荒瀬 9:00～12:00	練習試合	練習試合	休み	休み	休み	9:00～12:00
25	日		8:00～12:00	12:00～15:00	15:00～18:00	12:00～15:00	9:00～12:00	荒瀬 9:00～12:00	練習試合	練習試合	休み	休み	休み	休み
26	月		休み	16:30～19:00	トレーニング	16:45～18:45	休み	休み	9:00～11:30	休み	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	休み
27	火		校外練習	休み	16:30～18:30	休み	17:00～19:00	荒瀬 9:00～12:00	休み	17:00～19:00	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
28	水	高総体壮行会	校外練習	16:30～19:00	休み	トレーニング	17:00～19:00	黒丸 17:00～19:00	16:40～18:30	17:00～19:00	16:35～18:00	16:30～18:00	休み	16:30～18:00
29	木	高総体振休	15:00～19:00	9:00～12:00	12:00～15:00	9:00～12:00	9:00～12:00	黒丸 9:00～12:00	9:00～11:30	8:30～15:00	休み	休み	休み	休み
30	金	高総体開会式	9:00～11:00	16:30～19:00	16:00～18:00	前日会場練習	13:00～16:00	黒丸 17:00～19:00	16:40～18:30	17:00～19:00	16:35～18:00	16:30～18:00	16:30～18:30	16:30～18:00
31	土	高総体	高総体	高総体	高総体	高総体	高総体団体	高総体	高総体	9:00～13:00	休み	休み	休み	