

令和2年度 6月 活動計画
部活動名【 野球 】

日	曜	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			計
					～		
1	月	休養日			～		
2	火	通常練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
3	水	通常練習	学校	16:30	～	17:30	1:00
4	木	休養日			～		
5	金	筋力トレーニング	学校	16:30	～	18:30	2:00
6	土	通常練習	学校	9:00	～	11:00	2:00
7	日	通常練習	学校	9:00	～	11:00	2:00
8	月	休養日			～		
9	火	通常練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
10	水	筋力トレーニング	学校	16:30	～	17:30	1:00
11	木	通常練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
12	金	休養日			～		
13	土	通常練習	学校	9:00	～	11:00	2:00
14	日	通常練習	学校	9:00	～	11:00	2:00
15	月	筋力トレーニング	学校	16:30	～	18:30	2:00
16	火	通常練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
17	水	休養日			～		
18	木	通常練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
19	金	通常練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
20	土	練習試合	学校	9:00	～	12:00	3:00
21	日	通常練習	八代清流高校 松島球場	9:00	～	12:00	3:00
22	月	筋力トレーニング	学校	16:30	～	18:30	2:00
23	火	通常練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
24	水	休養日			～		
25	木	通常練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
26	金	通常練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
27	土	通常練習	学校	9:00	～	13:00	4:00
28	日	通常練習	学校	9:00	～	12:00	3:00
29	月	通常練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
30	火	休養日			～		

休養日計画	7日	活動時間計画	49:00
-------	----	--------	-------