

令和2年度 9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	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
2	水	通常練習		学校	16:30	～	17:30	1:00
3	木	筋力トレーニング	秋季大会抽選会	学校	16:30	～	18:30	2:00
4	金	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
5	土	練習試合	宇土	宇土高校	9:00	～	12:00	3:00
6	日	練習試合	熊本第二	第二高校	9:00	～	12:00	3:00
7	月	休養日				～		
8	火	通常練習		学校	16:30	～	17:30	1:00
9	水	筋力トレーニング		学校	16:30	～	17:30	1:00
10	木	通常練習		学校	16:30	～	17:30	1:00
11	金	通常練習		学校	16:30	～	17:30	1:00
12	土	練習試合	牛深	学校	9:00	～	12:00	3:00
13	日	休養日				～		
14	月	休養日				～		
15	火	休養日				～		
16	水	通常練習		学校	13:00	～	16:00	3:00
17	木	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
18	金	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
19	土	通常練習	秋季大会 開幕	学校	9:00	～	12:00	3:00
20	日	筋力トレーニング		学校	9:00	～	12:00	3:00
21	月	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
22	火	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
23	水	休養日				～		
24	木	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
25	金	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
26	土	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
27	日	通常練習	▼	学校	9:00	～	12:00	3:00
28	月	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
29	火	休養日				～		
30	水	通常練習		学校	16:30	～	17:30	1:00

休養日計画	6日	活動時間計画	53:00
-------	----	--------	-------