

別紙 4

令和4年度 5月 活動計画
部活動名【 野球部 】

日	曜	練習内容等 (公式戦・練習試合等)		場所	活動時間			計
1	日	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
2	月	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
3	火	練習試合	宇土	宇土高校	9:00	～	12:00	3:00
4	水	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
5	木	練習試合	八代工業	八代工業高校	9:00	～	12:00	3:00
6	金	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
7	土	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
8	日	練習試合	開新・熊本商業	開新高校	9:00	～	12:00	3:00
9	月	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
10	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
11	水	休養日	中間考査1週間前			～		
12	木	休養日				～		
13	金	休養日				～		
14	土	休養日				～		
15	日	休養日				～		
16	月	休養日				～		
17	火	休養日				～		
18	水	休養日	中間考査①			～		
19	木	休養日	中間考査②			～		
20	金	通常練習	中間考査③	学校	13:30	～	15:30	2:00
21	土	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
22	日	練習試合	八代東	八代東高校	9:00	～	12:00	3:00
23	月	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
24	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
25	水	休養日				～		
26	木	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
27	金	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
28	土	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
29	日	練習試合	南稜	学校	9:00	～	12:00	3:00
30	月	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
31	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00

休養日計画	10日	活動時間計画	52:00
-------	-----	--------	-------