

## 別紙 4

令和5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	月	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
2	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
3	水	練習試合	上野丘高校	緒方やまびこ球場	14:00	～	17:00	3:00
4	木	練習試合	松山聖陵高校・臼杵高校	臼杵市民球場	9:00	～	12:00	3:00
5	金	練習試合	竹田高校	竹田市民球場	9:00	～	12:00	3:00
6	土	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
7	日	休養日				～		
8	月	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
9	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
10	水	休養日	中間考査1週間前			～		
11	木	休養日	中間考査1週間前			～		
12	金	休養日	中間考査1週間前			～		
13	土	休養日	中間考査1週間前			～		
14	日	休養日	中間考査1週間前			～		
15	月	休養日	中間考査1週間前			～		
16	火	休養日	中間考査1週間前			～		
17	水	休養日	中間考査①			～		
18	木	休養日	中間考査②			～		
19	金	通常練習	中間考査③	学校	13:30	～	16:30	3:00
20	土	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
21	日	練習試合	八代高校	八代高校	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	～	12:00	3:00
28	日	練習試合	大牟田高校	学校	9:00	～	12:00	3:00
29	月	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
30	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
31	水	休養日				～		

休養日計画	12日	活動時間計画	47:00
-------	-----	--------	-------