

別紙 4

令和5年度 6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	木	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
2	金	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
3	土	練習試合	熊本北高校	熊本北高校	9:00	～	12:00	3:00
4	日	練習試合	ルーテル学院	ルーテル学院	9:00	～	12:00	3:00
5	月	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
6	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
7	水	休養日				～		
8	木	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
9	金	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
10	土	練習試合	大村工業高校・小野田工業高校	大村工業高校	9:00	～	12:00	3:00
11	日	練習試合	諫早農業高校	諫早農業高校	9:00	～	12:00	3:00
12	月	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
13	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
14	水	休養日				～		
15	木	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
16	金	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
17	土	練習試合	南稜高校	学校	9:00	～	12:00	3:00
18	日	練習試合	球磨工業高校	学校	9:00	～	12:00	3:00
19	月	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
20	火	通常練習	期末考査1週間前	学校	16:30	～	17:30	1:00
21	水	休養日	期末考査1週間前			～		
22	木	通常練習	期末考査1週間前	学校	16:30	～	17:30	1:00
23	金	通常練習	期末考査1週間前	学校	16:30	～	17:30	1:00
24	土	練習試合	島原農業高校	学校	9:00	～	12:00	3:00
25	日	休養日	期末考査1週間前			～		
26	月	休養日	期末考査1週間前			～		
27	火	通常練習	期末考査①	学校	13:00	～	15:00	2:00
28	水	筋力トレーニング	期末考査②	学校	13:00	～	15:00	2:00
29	木	通常練習	期末考査③	学校	13:00	～	15:00	2:00
30	金	通常練習	期末考査④	学校	13:00	～	16:00	3:00

休養日計画	5日	活動時間計画	55:00
-------	----	--------	-------