

別紙 4

令和5年度 8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	火	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
2	水	休養日				～		
3	木	筋力トレーニング	登校日	学校	13:00	～	16:00	3:00
4	金	通常練習	中学生体験入学	学校	13:00	～	16:00	3:00
5	土	練習試合	島原がまだすリーグ	島原	9:00	～	12:00	3:00
6	日	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
7	月	筋力トレーニング		学校	9:00	～	12:00	3:00
8	火	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
9	水	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
10	木	練習試合	折尾愛真	折尾愛真	9:00	～	12:00	3:00
11	金	練習試合	西日本短期大学付属	西短	9:00	～	12:00	3:00
12	土	休養日	閉庁日			～		
13	日	休養日	閉庁日			～		
14	月	休養日	閉庁日			～		
15	火	休養日	閉庁日			～		
16	水	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
17	木	筋力トレーニング		学校	9:00	～	12:00	3:00
18	金	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
19	土	公式戦	城南大会	県営八代野球場	9:00	～	12:00	3:00
20	日	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
21	月	公式戦	城南大会	県営八代野球場	9:00	～	12:00	3:00
22	火	公式戦	城南大会	県営八代野球場	9:00	～	12:00	3:00
23	水	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
24	木	公式戦	城南大会	県営八代野球場	9:00	～	12:00	3:00
25	金	休養日				～		
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	筋力トレーニング		学校	9:00	～	12:00	3:00
30	水	休養日	職員会議・研修			～		
31	木	休養日				～		

休養日計画	8日	活動時間計画	69:00
-------	----	--------	-------