

別紙 4

令和5年度 1月 活動計画
部活動名【 バスケットボール部 】

日	曜	練習内容等 (公式戦・練習試合等)		場所	活動時間			計
1	月	休養日				～		
2	火	休養日				～		
3	水	休養日				～		
4	木	通常練習		学校	8:00	～	11:00	3:00
5	金	通常練習		学校	14:00	～	17:00	3:00
6	土	通常練習		学校	8:00	～	11:00	3:00
7	日	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
8	月	休養日				～		
9	火	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
10	水	休養日				～		
11	木	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
12	金	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
13	土	公式戦	新人戦	熊本市内	9:00	～	16:00	7:00
14	日	公式戦	新人戦	熊本市内	12:00	～	18:00	6:00
15	月	通常練習		学校	17:30	～	19:00	1:30
16	火	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
17	水	休養日				～		
18	木	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
19	金	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
20	土	リーグ戦	男子のみ	御船高校	9:00	～	16:00	7:00
21	日	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
22	月	通常練習		学校	17:30	～	19:00	1:30
23	火	通常練習		学校	16:00	～	16:30	0:30
24	水	休養日				～		
25	木	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
26	金	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
27	土	通常練習		学校	8:00	～	11:00	3:00
28	日	休養日				～		
29	月	通常練習		学校	17:30	～	19:00	1:30
30	火	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
31	水	休養日				～		

休養日計画	9日	活動時間計画	56:30
-------	----	--------	-------