

別紙 4

令和6年度 9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	休養日			～		
2	月	通常練習	始業式	学校	16:30	～ 18:30	2:00
3	火	通常練習		学校	16:30	～ 18:30	2:00
4	水	通常練習		学校	16:00	～ 17:00	1:00
5	木	筋力トレーニング		学校	16:30	～ 18:30	2:00
6	金	通常練習		学校	16:30	～ 18:30	2:00
7	土	練習試合	島原農業高校	島原農業高校	9:00	～ 12:00	3:00
8	日	通常練習		学校	9:00	～ 12:00	3:00
9	月	休養日			16:30	～ 18:30	2:00
10	火	通常練習		学校	16:30	～ 18:30	2:00
11	水	通常練習		学校	16:00	～ 17:00	1:00
12	木	筋力トレーニング		学校	16:30	～ 18:30	2:00
13	金	通常練習		学校	16:30	～ 18:30	2:00
14	土	通常練習	秋の大会開幕	学校	9:00	～ 12:00	3:00
15	日	通常練習		学校	9:00	～ 12:00	3:00
16	月	通常練習		学校	9:00	～ 12:00	3:00
17	火	通常練習		学校	16:30	～ 18:30	2:00
18	水	休養日			～		
19	木	筋力トレーニング		学校	16:30	～ 18:30	2:00
20	金	通常練習		学校	16:30	～ 18:30	2:00
21	土	通常練習		学校	9:00	～ 12:00	3:00
22	日	通常練習		学校	9:00	～ 12:00	3:00
23	月	通常練習		学校	9:00	～ 12:00	3:00
24	火	通常練習		学校	16:30	～ 18:30	2:00
25	水	休養日			～		
26	木	通常練習		学校	16:30	～ 18:30	2:00
27	金	筋力トレーニング		学校	16:30	～ 18:30	2:00
28	土	通常練習		学校	9:00	～ 12:00	3:00
29	日	通常練習		学校	9:00	～ 12:00	3:00
30	月	通常練習		学校	16:30	～ 18:30	2:00

休養日計画	4日	活動時間計画	62:00
-------	----	--------	-------