

令和6年度 10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	16:30	～	18:30	2:00
2	水	休養日				～		
3	木	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
4	金	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
5	土	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
6	日	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
7	月	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
8	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
9	水	休養日				～		
10	木	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
11	金	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
12	土	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
13	日	練習試合	学園大付属高校	学園大付属高校	9:00	～	12:00	3:00
14	月	通常練習	スポーツの日	学校	9:00	～	12:00	3:00
15	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
16	水	休養日				～		
17	木	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
18	金	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
19	土	練習試合	諫早高校	学校	9:00	～	12:00	3:00
20	日	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
21	月	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
22	火	通常練習	2年生インターンシップ	学校	16:30	～	18:30	2:00
23	水	休養日	2年生インターンシップ			～		
24	木	筋力トレーニング	2年生インターンシップ	学校	16:30	～	18:30	2:00
25	金	通常練習	2年生インターンシップ	学校	16:30	～	18:30	2:00
26	土	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
27	日	公式戦	1年生大会1回戦	県営八代野球場	9:00	～	12:00	3:00
28	月	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
29	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
30	水	休養日				～		
31	木	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00

休養日計画	5日	活動時間計画	61:00
-------	----	--------	-------