

別紙 4

令和7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	日	練習試合	ルーテル学院高校	ルーテル学院高校	9:00	～	12:00	3:00
2	月	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
3	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
4	水	休養日				～		
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	通常練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
8	日	練習試合	熊本北高校	熊本北高校	9:00	～	12:00	3:00
9	月	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
10	火	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
11	水	休養日				～		
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	練習試合	波佐見高校	波佐見高校	9:00	～	12:00	3:00
15	日	練習試合	嬉野高校	嬉野高校	9:00	～	12:00	3:00
16	月	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00
17	火	通常練習	期末考査1週間前	学校	16:00	～	17:00	1:00
18	水	休養日	期末考査1週間前			～		
19	木	筋力トレーニング	期末考査1週間前	学校	16:00	～	17:00	1:00
20	金	通常練習	期末考査1週間前	学校	16:00	～	17:00	1:00
21	土	通常練習	期末考査1週間前	学校	9:00	～	11:00	2:00
22	日	通常練習	期末考査1週間前	学校	9:00	～	11:00	2:00
23	月	休養日	期末考査1週間前			～		
24	火	休養日	期末考査①			～		
25	水	休養日	期末考査②			～		
26	木	通常練習	期末考査③	学校	13:30	～	16:30	3:00
27	金	通常練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
28	土	練習試合	島原工業高校	学校	9:00	～	12:00	3:00
29	日	練習試合	小浜高校	小浜高校	9:00	～	12:00	3:00
30	月	筋力トレーニング		学校	16:30	～	18:30	2:00

休養日計画	6日	活動時間計画	53:00
-------	----	--------	-------