

## 令和 7年度 南稜体操部練習 予定表

2025/7/16

8月

	日	曜日	高校生	内容	備考
8月	1	金	第1期 夏休み		
	2	土	インターハイ (島根)		
	3	日			
	4	月			
	5	火			
	6	水	9:00~	柔軟、トレーニング、種目練習	
	7	木	休み	休み	
	8	金	9:00~	柔軟、トレーニング、種目練習	
	9	土	休み	柔軟、トレーニング、種目練習	
	10	日	9:00~ 1:15~	2部 練習	
	11	月	第2期 夏休み		
	12	火			
	13	水	閉庁日		
	14	木			
	15	金			
	16	土	9:00~	柔軟、トレーニング、種目練習	
	17	日	休み	休み	
	18	月	9:00~	柔軟、トレーニング、種目練習	
	19	火	9:00~	柔軟、トレーニング、種目練習	
	20	水	9:00~	柔軟、トレーニング、種目練習	
	21	木	9:00~	柔軟、トレーニング、種目練習	
	22	金	休み	休み	全国中学校大会 (長崎)
	23	土	休み	休み	
	24	日	休み	休み	
	25	月	9:00~	柔軟、トレーニング、種目練習	
	26	火	9:00~	自主練	会議等
	27	水	9:00~	柔軟、トレーニング、種目練習	
	28	木	休み		
	29	金	14:00~(予定)	柔軟、トレーニング、種目練習	始業式
	30	土	9:00~	柔軟、トレーニング、種目練習	
	31	日	休み	休み	