

令和7年度 熊本県立南陵高等学校（ サッカー ）部 1月練習計画

日	曜	行事	実施	内容	時間	場所
1	木			自主トレ		
2	金			自主トレ		
3	土			自主トレ		
4	日	～学校閉庁日		自主トレ		
5	月			自主トレ		
6	火		○	練習 1500m測定、トレーニング	9：00～11：00	本校G
7	水		○	練習 トレーニング	9：30～11：30	本校G
8	木		○	練習 トレーニング	9：30～11：30	本校G
9	金	始業式	○	練習 トレーニング	13：00～14：30	本校G
10	土		○	練習 トレーニング	9：30～11：30	本校G
11	日					
12	月	成人の日				
13	火		○	練習 トレーニング	16：00～17：30	本校G
14	水		○	練習 トレーニング	16：00～17：30	本校G
15	木		○	練習 トレーニング	16：00～17：30	本校G
16	金		○	練習 トレーニング	16：00～17：30	本校G
17	土		○	試合 県下大会2回戦(熊本商業)	10：00Kickoff	COSMOS
18	日		○	試合 県下大会4回戦	11：00Kickoff	大津運動公園
19	月					
20	火	2年生修学旅行				
21	水	〃				
22	木	〃				
23	金	〃				
24	土		○	試合 県下大会準々決勝		
25	日		○	試合 県下大会準決勝		
26	月	代休				
27	火					
28	水	3年生学年末考査				
29	木	〃				
30	金	〃				
31	土	登校日	○	試合 県下大会決勝		