

# 常盤平中学校 女子バレーボール部 練習予定表

2023/夏休み

7月18日現在  
完全下校時刻 18:00

日	曜	学校行事	朝練習	放課後練習	備考
19	水	給食終了日	体育館(ス)	OFF	
20	木	終業式	外	体育館(ス)	再登校15:00 ~
21	金	夏季休業(~8月31日)	OFF		
22	土		常(ス)7:30~11:30		
23	日		常(ス)7:00~10:00		男バレと合同
24	月		常(ス)7:30~12:00		☆
25	火		常(ス)13:00~17:00		☆
26	水		OFF		
27	木	バレー県総体	常(ス)8:00~12:00		☆
28	金	↓	常(ス)8:00~12:30		男バレと合同
29	土	↓	常(ス)12:30~17:00		男バレと合同
30	日		OFF		
31	月		OFF		
1	火		常(ス)13:00~17:00		☆
2	水		常(ス)8:00~12:30		男バレと合同
3	木		常(ス)12:45~17:00		男バレと合同
4	金		常(ス)12:30~17:00		☆
5	土		OFF		
6	日		AM練 or 練習試合予定		
7	月		常(ス)8:00~12:30		男バレと合同
8	火	総体バレー関東大会(~10日@船橋)	常(ス)12:30~17:00		男バレと合同
9	水	機械警備	9日連続で全体練習OFFになります。 体力やボール感の維持、冷房慣れしないよう に、トレーニングを各自行いましょう。		
16	水	↓			
17	木	↓			
18	金		常(ス)12:30~17:00		☆
19	土		練習試合予定		どちらかOFF
20	日		常(ス)7:30~11:30		
21	月		常(ス)8:00~12:30		男バレと合同
22	火		常(ス)12:30~17:00		男バレと合同
23	水		常(ス)12:30~17:00		☆(宿題チェック)
24	木		OFF		
25	金		常(ス)7:30~12:00		☆
26	土		常(ス)12:30~17:00		どちらかOFF
27	日		常(ス)7:30~11:30		
28	月		常(ス)12:30~17:00		☆
29	火		外ハ練習試合予定		
30	水	諸活動停止期間(~9月4日朝)	OFF		
31	木		OFF		

※9月17日(日)にシード決定の試合があります。一人ひとりが意識を高く持ち、練習に参加しましょう。  
 ○暑さにより、練習時間が限定される可能性があります。効率よく練習するための工夫をしましょう。  
 ○練習の日は、午前と午後が変更になる可能性があります。  
 ○夏休みは練習時間のうち、午前練は練習後、午後練は練習前に1時間程度の学習時間を設ける予定です。(☆の日)