

3月

ソフトテニス部 練習計画

日	曜	大会・練習時間	休養	振替	活動内容・その他	学習に関して	学校関係
1	土	14:00~17:30		+30分	シングルス基礎練		卒業式
2	日	3年生を送る会					
3	月	9:00~12:50		+50分	シングルス基礎練		高校入試準備
4	火	16:30~18:30		±0	16:30~校内戦開始		前期高校入試
5	水		○				
6	木	16:30~18:30		±0	16:30~校内戦開始	3/17(月)のスタディサポートに向けて、事前学習課題に取り組むこと。	
7	金	16:30~18:30		±0	16:30~校内戦開始		
8	土		○				
9	日	9:00~12:50		+50分	9:45~校内戦開始		
10	月	16:30~18:30		±0	HJCシングルスエントリー	ポキャコンに向けて計画的に学習すること。	
11	火	17:30~18:50		-40分			(高校入試追検査)
12	水		○		ダブルス		
13	木	16:30~18:30		±0			
14	金	16:30~18:30		±0			合格発表
15	土	男子：相双地区強化練習会			田村・福島西・福島工業参加。女子：本部運営		
16	日		○				
17	月	16:30~18:50		+20分	シングルス		スタサポ
18	火	16:30~18:50		+20分			終業式、ポキャコン
19	水	9:00~12:50		+50分			
20	木	9:00~12:50		+50分			
21	金	後期試験による					
22	土	HJCシングルス相双地区予選					
23	日		○			春休み中の課題に取り組む。	
24	月	後期試験による					
25	火	15:30~18:30		±0		4月の模試に向けて苦手分野の復讐を行う。	
26	水		○				
27	木	15:00~18:30		+30分	ダブルス		
28	金	13:00~16:50		+50分			
29	土	9:00~12:50		+50分			
30	日		○				
31	月	9:00~12:50		+50分			

3月までの予定活動時間 -500分

※ 天候により、活動時間・場所・内容を変更する場合があります。

- ① シングルスとダブルスの練習をします。ケガの予防に努めること。
- ② 模擬試験やポキャコンに向けて計画的に学習すること。