

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	日	900-1245 小川町		+45分			
2	月	1620-1845 小川町		+25分	予約1600~		2年：課題研究ブレ発表会
3	火	1720-1845 小川町		-35分	予約1630~		
4	水		○				
5	木	1720-1845 小川町		-35分	予約1630~		1年：FICブレゼン
6	金	1620-1815 小川町		-5分	予約1600~		
7	土	1330-1730 小高体育センター		+60分	予約1300~1800 準備1300~		
8	日		○				
9	月	1620-1815 スポセン		-5分	予約1600~時間前準備は受付に確認してから		
10	火	1720-1815 小川町		-65分	予約1630~		
11	水		○				
12	木	1720-1815 小川町		-65分	予約1630~		ワックス塗布 ↓
13	金	1620-1815 スポセン		-5分	予約1600~時間前準備は受付に確認してから		
14	土	男子練習試合、女子合同練習			男子：富岡町総合体育館、女子：小高体育センター1300~	ボキャコン強化週間	
15	日	男子練習試合、女子合同練習			男子：富岡町総合体育館、女子：小川町体育館900~		
16	月	1620-1815 スポセン		-5分	予約1600~時間前準備は受付に確認してから		
17	火	1720-1815 小川町		-65分	予約1630~		
18	水		○			ボキャコン・全員満点	終業式、ボキャコン 冬季課外
19	木	1400-1815 スポセン		+75分	予約1400~時間前準備は受付に確認してから		
20	金	1400-1815 スポセン		+75分	予約1400~時間前準備は受付に確認してから		
21	土						
22	日		○				
23	月	1400-1815 スポセン		+75分	予約1400~時間前準備は受付に確認してから		
24	火	900-1345 小川町 男子県大会移動日			男子：須賀川アリーナ		
25	水	県インドア 男子個人戦			女子：あづま総合体育館		
26	木	男子団体戦、女子個人戦			旅費、送迎の確認		
27	金	部室掃除、1年の総括					
28	土	年末off					
29	日		○				
30	月		○				
31	火		○				

※ 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 11/29(金)1400-1750スポセン (時間前準備の確認)、11/30(土)1330-1730小高体育センター (1300から準備可。1800までに片付け終了)
- ② 外用のシューズを体育館内で使用しない。また、施設のルールに従って、シューズ・スリッパ等の履き替えをきちんと行うこと。
- ③ 体への負担が大きくなることが予想されるため、けが防止に努めること。
- ④ コロナ、インフルエンザ、マイコプラズマ、リンゴ病等、感染症の予防に努めること。