

部活動 7月17日(金)～7月31日(金)活動予定

		7/17(金)	7/18(土)	7/19(日)	7/20(月)	7/21(火)	7/22(水)	7/23(木)	7/24(金)	7/25(土)	7/26(日)	7/27(月)	7/28(火)	7/29(水)	7/30(木)	7/31(金)		
1	野球	活動時間 13:00～14:00 内容 通常練習		15:00～16:30 通常練習		16:45～18:15 通常練習	15:45～17:15 通常練習		10:00～11:30 練習試合	10:00～12:00 練習試合		15:45～17:15 通常練習	15:45～17:15 通常練習		13:00～14:30 通常練習	野球	1	
2	陸上	活動時間 13:30～14:30 内容 通常練習	9:00～10:30 通常練習		15:40～17:10 通常練習		15:40～17:10 通常練習		9:00～10:30 通常練習	9:00～11:00 通常練習		15:40～17:10 通常練習	15:40～17:10 通常練習		13:00～14:30 通常練習	陸上	2	
3	体操	活動時間 13:30～14:30 内容 トレーニング		15:00～16:30 各種目練習	16:00～17:30 各種目練習			9:00～10:30 各種目練習	14:00～15:30 各種目練習	9:00～11:00 各種目練習		16:00～17:30 各種目練習			16:30～18:00 各種目練習	13:30～15:00 各種目練習	体操	3
4	剣道	活動時間 16:00～17:00 内容 素振り			16:00～17:00 素振り・トレーニング		16:00～17:00 素振り・トレーニング		9:00～10:30 素振り・トレーニング	9:00～11:00 素振り・トレーニング		16:00～17:30 素振り・トレーニング		16:00～17:30 素振り・トレーニング		16:00～17:30 素振り・トレーニング	剣道	4
5	ソフトテニス(男)	活動時間 13:00～14:00 内容 基礎練習	9:00～10:30 基礎練習		15:30～17:00 基礎練習		15:30～17:00 基礎練習		14:00～15:30 基礎練習	9:00～11:00 基礎練習		15:30～17:00 基礎練習		15:30～17:00 基礎練習		13:00～14:30 基礎練習	ソフトテニス(男)	5
6	ソフトテニス(女)	活動時間 13:00～14:00 内容 基礎練習	9:00～10:30 基礎練習		15:30～17:00 基礎練習		15:30～17:00 基礎練習		14:00～15:30 基礎練習	9:00～11:00 基礎練習		15:30～17:00 基礎練習		15:30～17:00 基礎練習		13:00～14:30 基礎練習	ソフトテニス(女)	6
7	バスケットボール(男)	活動時間 内容	9:00～10:30 基礎練習		15:40～17:10 基礎練習		17:10～18:40 基礎練習	11:00～13:00 基礎練習				15:40～17:10 基礎練習		17:10～18:40 基礎練習	17:40～19:00 基礎練習		バスケットボール(男)	7
8	バスケットボール(女)	活動時間 内容	11:00～12:30 シュート・ドリブル・DF練習		17:10～18:40 シュート・ドリブル・DF練習		15:40～17:10 シュート・ドリブル・DF練習	13:00～14:30 シュート・ドリブル・DF練習		9:00～11:00 シュート・ドリブル・DF練習		17:10～18:40 シュート・ドリブル・DF練習		15:40～17:10 シュート・ドリブル・DF練習	16:20～17:40 シュート・ドリブル・DF練習		バスケットボール(女)	8
9	水泳	活動時間 13:00～14:00 内容 基礎練習			15:50～17:20 基礎練習	16:50～18:20 基礎練習	15:50～17:20 基礎練習					15:50～17:20 基礎練習		15:50～17:20 基礎練習		13:00～14:30 基礎練習	水泳	9
10	バレーボール(男)	活動時間 14:00～15:00 内容 通常練習		14:45～16:15 通常練習		17:30～19:00 通常練習	16:00～17:30 通常練習		14:00～15:30 通常練習	9:00～11:00 練習試合			17:30～19:00 通常練習	16:00～17:30 通常練習		15:00～16:30 通常練習	バレーボール(男)	10
11	バレーボール(女)	活動時間 12:45～13:45 内容 通常練習				16:45～18:15 通常練習	15:50～17:20 通常練習	9:00～10:30 通常練習			9:00～11:00 卒業生送別会		16:45～18:15 通常練習	15:50～17:20 通常練習		HR後90分間 通常練習	バレーボール(女)	11
12	卓球(男)	活動時間 13:00～14:00 内容 基礎練習(分散活動)			16:00～17:30	17:00～18:00	16:00～17:30	9:00～10:30	9:00～10:30			16:00～17:30	17:00～18:00	16:00～17:30	17:00～18:00	13:00～14:30	卓球(男)	12
13	卓球(女)	活動時間 13:00～14:00 内容 基礎練習			15:50～17:20	16:50～17:50	15:50～17:20			9:00～11:00		15:50～17:20	16:50～17:50	15:50～17:20	16:50～17:50	12:30～14:00	卓球(女)	13
14	サッカー	活動時間 13:30～14:30 内容 通常練習		15:00～16:30 通常練習		16:40～18:10 通常練習	15:40～17:10 通常練習	8:30～10:00 通常練習			9:00～11:00 練習試合		16:40～18:10 通常練習	15:40～17:10 通常練習		11:30～13:00 通常練習	サッカー	14
15	ソフトボール	活動時間 13:00～14:00 内容 基礎練習	9:00～10:30 基礎練習		16:00～17:30 基礎練習		16:00～17:30 基礎練習	9:00～10:30 基礎練習		9:00～11:00 基礎練習		16:00～17:30 基礎練習		16:00～17:30 基礎練習		13:00～14:30 基礎練習	ソフトボール	15
16	バドミントン(男)	活動時間 14:00～15:00 内容 基礎練習	14:00～15:30 基礎練習			16:45～18:15 基礎練習		12:30～14:00 基礎練習	9:00～10:30 基礎練習	12:30～14:30 基礎練習			16:45～18:15 基礎練習		16:45～18:15 基礎練習	12:30～14:00 基礎練習	バドミントン(男)	16
17	バドミントン(女)	活動時間 内容	12:30～14:00 基礎練習		15:40～17:10 基礎練習	16:40～18:10 基礎練習			9:00～10:30 基礎練習	14:30～16:30 基礎練習		15:40～17:10 基礎練習	16:40～18:10 基礎練習		16:40～18:10 基礎練習		バドミントン(女)	17
18	応援	活動時間 13:00～14:00 内容 部内発表会用練習			15:45～17:00 部内発表会用練習	16:30～17:30 部内発表会用練習	15:45～17:00 部内発表会					15:45～17:15 基礎練習		15:45～17:15 基礎練習		13:00～14:30 基礎練習	応援	18
19	テニス(男)	活動時間 12:45～13:45 内容 基本練習				17:00～18:30 基本練習	16:00～17:30 基本練習		14:30～16:00 基本練習		8:00～10:00 基本練習		16:00～17:30 基本練習	16:00～17:30 基本練習		12:00～13:30 基本練習	テニス(男)	19
20	テニス(女)	活動時間 13:00～14:00 内容 通常練習			16:00～17:30 通常練習		16:00～17:30 通常練習	8:00～9:30 通常練習		8:00～10:00 通常練習		16:00～17:30 通常練習		16:00～17:30 通常練習		13:00～14:30 通常練習	テニス(女)	20
21	パワーリフティング	活動時間 15:50～16:50 内容 トレーニング			15:50～17:20 トレーニング		15:50～17:20 トレーニング					15:50～17:20 トレーニング		15:50～17:20 トレーニング		15:50～17:20 トレーニング	パワーリフティング	21