

## 真岡西中学校卓球部練習計画

11月

日	曜	時間帯	場 所	内 容
1	火			休養日（宿泊・マイチャレ）
2	水	16:00 ~ 16:45	学校	練習
3	木			休養日
4	金	15:30 ~ 16:45	学校	練習
5	土	8:30 ~ 11:30	学校	練習
6	日	8:20 ~ 15:00	真岡市長杯卓球大会	真岡市総合体育館（詳細別紙）
7	月	15:30 ~ 16:45	学校	練習
8	火	16:00 ~ 16:45	学校	練習
9	水			休養日
10	木	16:00 ~ 16:45	学校	練習
11	金	16:00 ~ 16:45	学校	練習
12	土	8:30 ~ 11:30	学校	練習
13	日			休養日
14	月	16:00 ~ 16:45	学校	練習
15	火	16:00 ~ 16:45	学校	練習
16	水			休養日
17	木	16:00 ~ 16:45	学校	練習
18	金			休養日（14:30下校）
19	土	8:30 ~ 11:30	学校	練習
20	日			休養日
21	月	16:00 ~ 16:45	学校	練習
22	火			休養日（テスト前）
23	水			休養日（テスト前）
24	木			休養日（テスト前）
25	金	16:00 ~ 16:45	学校	練習
26	土	8:30 ~ 11:30	学校	練習
27	日			休養日
28	月	16:00 ~ 16:45	学校	練習
29	火	16:00 ~ 16:45	学校	練習
30	水			休養日

※都合により、変更する場合があります。

※11月の下校時間 17:00 時間を大切に行動しましょう。