真岡西中学校卓球部練習計画

10 月

1 日 休養日(テスト前) 3 火 休養日(テスト前) 4 水 休養日(テスト前) 5 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習 練習 6 金 13:05 ~ 15:05 学校 練習 練習 7 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習 練習 9 月 休養日 10 火 15:30 ~ 17:15 禁校 練習 練習 11 水 休養日 12 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 練習(県新人卓球大会) 14 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習(県新人卓球大会) 株養日 15 日 休養日 休養日 16 月 15:55 ~ 17:00 学校 練習 株選 17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 株養日 18 水 休養日 株養日 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 株養日 20 金 休養日 株養日(野経) 21 土 株養日(馬経が丘祭) 練習 22 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 練習 25 水 休養日 株養日(振替休日) 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 株養日 27 金 休養日 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 株養日 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	日	曜	時間帯	場所	内 容
3 火 休養日(テスト前) 4 水 休養日(中間テスト) 5 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習 練習 6 金 13:05 ~ 15:05 学校 練習 練習 7 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習 練習 8 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 練習 10 火 15:30 ~ 17:15 禁校 株養日 株養日 12 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 株養日 13 金 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 株養日 14 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習 株養日 15 日 休養日 株養日 16 月 15:55 ~ 17:00 学校 練習 株養日 17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 株養日 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 株養日 20 金 休養日 休養日(西輝が丘祭) 21 土 株養日(西輝が丘祭) 株養日 22 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 株養日 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 株養日 25 水 休養日 株養日(振替休日) 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 株養日 27 金 休養日 株養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 株養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 株養日 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 株養日	1	日			休養日
4 水 休養日(中間テスト) 5 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習 6 金 13:05 ~ 15:05 学校 練習 7 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習 8 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 9 月 休養日 休養日 10 火 15:30 ~ 17:15 練習 11 水 休養日 休養日 12 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 14 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習(県新人卓球大会) 15 日 休養日 休養日 16 月 15:55 ~ 17:00 学校 練習 17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 18 水 休養日 休養日 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 20 金 休養日 21 土 休養日 株養習 22 日 8:30 ~ 17:00 学校 練習 23 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 25 水 休養日 休養日 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習	2	月			休養日(テスト前)
5 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習 6 金 13:05 ~ 15:05 学校 練習 7 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習 8 日 8:30 ~ 17:15 学校 練習 9 月 休養日 (株養日 (株養日 (株養日 10 火 15:30 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) (株養日 (株	3	火			休養日(テスト前)
6 金 13:05 ~ 15:05 学校 練習 7 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習 8 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 9 月 休養日 休養日 10 火 15:30 ~ 17:15 練習 11 水 休養日 株養田 12 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 14 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習(県新人卓球大会) 15 日 休養日 休養日 株養田 16 月 15:55 ~ 17:00 学校 練習 17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 18 水 休養日 株養田 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 20 金 休養日 株養田(西輝が丘祭) 21 土 休養日(西輝が丘祭) 練習 22 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 25 水 休養日(振替休日) 株養日 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 27 金 休養日 株養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月	4	水			休養日(中間テスト)
7 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習 9 月 休養日 10 火 15:30 ~ 17:15 練習 11 水 休養日 株養日 12 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 13 金 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 14 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習(県新人卓球大会) 15 日 休養日 株養日 16 月 15:55 ~ 17:00 学校 練習 17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 18 水 休養日 株養日 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 20 金 休養日 休養日(西輝が丘祭) 21 土 休養日(西輝が丘祭) 練習 22 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 23 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 25 水 休養日 休養日 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 27 金 休養日 休養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 <td< td=""><td>5</td><td>木</td><td>16:00 ~ 17:15</td><td>学校</td><td>練習</td></td<>	5	木	16:00 ~ 17:15	学校	練習
8 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 9 月 休養日 10 火 15:30 ~ 17:15 練習 11 水 休養日 12 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 13 金 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 14 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習 15 日 休養日 株養日 16 月 15:55 ~ 17:00 学校 練習 17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 18 水 休養日 株養日 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 20 金 休養日 株養日 21 土 休養日(西輝が丘祭) 練習 22 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 23 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 25 水 休養日(振替休日) 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 27 金 休養日 休養日 株養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	6	金	13:05 ~ 15:05	学校	練習
9 月 休養日 10 火 15:30 ~ 17:15 練習 11 水 休養日 12 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 13 金 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 14 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習 16 月 15:55 ~ 17:00 学校 練習 17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 18 水 小養日 20 金 小株養日(西輝が丘祭) 21 土 大株養日(西輝が丘祭) 22 日 8:30 ~ 17:00 学校 練習 23 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 25 水 小株養日(振替休日) 28 土 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 29 日 8:30 ~ 11:30	7	土	8:30 ~ 11:30	学校	練習
10 火 15:30 ~ 17:15 練習 休養日 11 水 休養日 12 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習 練習 標子 13 金 16:00 ~ 17:15 学校 練習 標子 採習 標子 「株養日 14 土 15:55 ~ 17:00 学校 練習 採習 15:55 ~ 17:00 学校 練習 17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 18 水 休養日 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 15:30 ~ 17:00 学校 編書 15:30 ~ 17:00 学校 編書 15:30 ~ 17:00 学校 編書 15:30 ~ 17:00 学校 15:30 ~ 17:00 第書 15:30 ~ 17:00 15:30 ~ 17:00 15:30 ~ 17:00 15:30 ~ 17:00 15:30 ~ 17:00 15:30 ~ 17:00 15:30 ~ 17:00 15:30 ~ 17:00 15:30 ~ 17:00 15:30 ~ 17:00 15:30 ~ 17:00	8	日	8:30 ~ 11:30	学校	練習
11 水	9	月			休養日
12 木 16:00 ~ 17:15 学校 練習 13 金 16:00 ~ 17:15 学校 練習 県新人卓球大会 14 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習 県新人卓球大会 15 日	10	火	15:30 ~ 17:15		練習
13 金 16:00 ~ 17:15 学校 練習(県新人卓球大会) 14 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習(県新人卓球大会) 15 日 休養日 16 月 15:55 ~ 17:00 学校 練習 17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 18 水 休養日 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 19 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習	11	水			休養日
14 土 8:30 ~ 11:30 学校 練習(県新人卓球大会) 15 日 休養日 休養日 16 月 15:55 ~ 17:00 学校 練習 17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 18 水 休養日 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 20 金 休養日 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 15:30 ~ 17:00 学校 練習 22 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 23 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 25 水 休養日 (株養日 長田 長田 長田 長田 大養田 長田 長田 長田 長田 長田 大養田 長田 長田 長田 長田 長田 長田 長田	12	木	16:00 ~ 17:15	学校	練習
15 日	13	金	16:00 ~ 17:15	学校	練習(県新人卓球大会)
16 月 15:55 ~ 17:00 学校 練習 17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 18 水 休養日 休養日 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 20 金 休養日(西輝が丘祭) 21 土 休養日(西輝が丘祭) 22 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 23 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 25 水 休養日 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 27 金 休養日 休養日 28 土 休養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	14	土	8:30 ~ 11:30	学校	練習(県新人卓球大会)
17 火 15:55 ~ 17:00 学校 練習 休養日 19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 15:55 ~ 17:00 学校 練習 15:30 ~ 11:30 学校 練習 15:30 ~ 17:00 学校 編習 15:30 ~ 17:00 学校 編書 15:30 ~ 17:00 学校 15:30 ~ 17:00 17:00	15	日			休養日
18 水	16	月	15:55 ~ 17:00	学校	練習
19 木 15:55 ~ 17:00 学校 練習 休養日	17	火	15:55 ~ 17:00	学校	練習
20 金 休養日 21 土 休養日(西輝が丘祭) 22 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 練習 23 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 株養日 25 水 休養日 株養日(振替休日) 27 金 休養日 株養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	18	水			休養日
21 土 休養日(西輝が丘祭) 22 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 23 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 25 水 休養日 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 27 金 休養日(振替休日) 28 土 休養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	19	木	15:55 ~ 17:00	学校	練習
22 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 23 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 25 水 休養日 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 27 金 休養日 28 土 休養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	20	金			休養日
23 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習 24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 25 水 休養日 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 27 金 休養日(振替休日) 28 土 休養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	21	土			休養日(西輝が丘祭)
24 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習 25 水 休養日 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 27 金 休養日(振替休日) 28 土 休養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	22	日	8:30 ~ 11:30	学校	練習
25 水 休養日 26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 27 金 休養日(振替休日) 28 土 休養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	23	月	15:30 ~ 17:00	学校	練習
26 木 15:30 ~ 17:00 学校 練習 27 金 休養日(振替休日) 28 土 休養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	24	火	15:30 ~ 17:00	学校	練習
27 金 休養日(振替休日) 28 土 休養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	25	水			休養日
28 土 休養日 29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	26	木	15:30 ~ 17:00	学校	練習
29 日 8:30 ~ 11:30 学校 練習 30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	27	金			休養日(振替休日)
30 月 15:30 ~ 17:00 学校 練習	28	土			休養日
	29	日	8:30 ~ 11:30	学校	練習
	30	月	15:30 ~ 17:00	学校	練習
31 火 15:30 ~ 17:00 学校 練習	31	火	15:30 ~ 17:00	学校	練習

※都合により、変更する場合があります。

※10月の下校時間 17:30(1,2週),17:15(3週~) 時間を大切に行動しましょう。