

R7 7月練習計画(予定)

真岡西中バスケットボール部

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		外練	休み	中練	中練	午前練
6	7	8	9	10	11	12
休み	外練	中練	休み	中練	外練	午後練
13	14	15	16	17	18	19
休み	中練	中練	休み	外練	休み	午前練
20	21	22	23	24	25	26
休み	午前練	休み	午前練	午後練	午前練	休み
27	28	29	30	31		
休み	午前練	休み	午前練	午後練		

連絡事項

①活動時間

平日の活動…18:00完全下校

休日の活動…午前練習の時 8:30～11:30

午後練習の時 12:30～15:30

②休日の部活動について

- ・水分補給用の飲み物を多めに持参。
- ・挨拶をする、荷物をきれいに置く、忘れ物をしない。
- ・不要なものは持参しない。(携帯電話・お菓子など)
- ・交通ルールを守り、寄り道せずに下校。

③欠席時には必ず欠席連絡アプリで連絡をしてください。

無断欠席は厳禁です。