

R7 10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
			中間テスト 休み	中間テスト 休み	中間テスト 中練	陽南中 午後
5	6	7	8	9	10	11
休み	外練	中練	マイチャレンジ 休み	マイチャレンジ	マイチャレンジ	都賀中(予定) 終日
12	13	14	15	16	17	18
休み	午後練	中練	休み	中練	外練	午前練
19	20	21	22	23	24	25
休み	西輝が丘 準備期間 休み	西輝が丘 準備期間 休み	西輝が丘 準備期間 休み	西輝が丘 準備期間 休み	西輝が丘 準備期間 休み	西輝が丘祭 休み
26	27	28	29	30	31	
休み	中練	都市駅伝 中練	休み	外練	振替休日 午前練	

※あくまでも予定です。変更になつたらその都度お知らせします。

連絡事項

①活動時間

平日の活動…17:30完全下校(20日から17:15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。

もしくは 顧問:090-7636-2434(丸岡)