

6/23版

7月男子ソフトテニス部練習計画

日付	曜日	予定	担当	すぱーく
1	土	練習(8:00-11:00)	土井	
2	日	御田祭 休み		
3	月	振替休業日 休み		
4	火	練習	土井	○
5	水	県大会激励会 休み		
6	木	ウエイクボード体験(7年) 練習	野村	○
7	金	練習	野村	○
8	土	休み		
9	日	練習(9:00-12:00)	野村	○
10	月	自主練	土井・野村	
11	火	練習	土井	○
12	水	休み		
13	木	ウエイクボード体験(8年) 練習	野村	○
14	金	宮崎県中学総体 団体戦(木花)	土井・野村	
15	土	宮崎県中学総体 団体戦・個人戦(木花)	土井・野村	

日付	曜日	予定	担当	すぱーく
16	日	宮崎県中学総体 団体戦・個人戦(木花)	土井・野村	
17	月	海の日 休み		
18	火	練習	土井	○
19	水	休み		
20	木	終業の日 休み		
21	金	練習(8:00-11:00)	土井	
22	土	休み		
23	日	休み		
24	月	練習(8:00-11:00)	野村	○
25	火	練習(8:00-11:00)	土井	○
26	水	休み		
27	木	練習(8:00-11:00)	野村	○
28	金	練習(8:00-11:00)	野村	○
29	土	休み 科学の甲子園ジュニア宮崎県予選		
30	日	休み		
31	月	練習	土井	○

夏休みの練習は気温が高くなる時間帯をできるだけ避けるため、8:00～11:00を練習時間とします。
 また、熱中症の危険が高いと判断した場合は外での練習を中止し、室内トレーニングをしたり、早めに帰宅したりする場合があります。
 土日、祝日及び夏休みの練習を休む場合はマチコミメールで連絡してください。