

2022

12月

新田中学校男女ソフトテニス部練習計画表

天候によって、変更する場合があります。

土曜日に実施できない場合、日曜日に実施することもあります。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28	29	30	01 西コートBCD 15時半 - 17時半	02 西コートABC 15時半 - 17時半	03 男子西コートDE8-11 女子 インドア (木花)
04 男子インドア (木花) 女子休み	05 リフレッシュデー	06 西コートBCD 15時半 - 17時半	07 西コートABC 15時半 - 17時半	08 西コートBCD 15時半 - 17時半	09 西コートABC 15時半 - 17時半	10 男女西コートABC 13 - 17
11 休み	12 リフレッシュデー	13 西コートBCD 15時半 - 17時半	14 西コートABC 15時半 - 17時半	15 西コートBCD 15時半 - 17時半	16 西コートABC 15時半 - 17時半	17 男子 西コートABC 13 - 17 女子 練習試合 高城中学校
18 家庭の日	19 リフレッシュデー	20 西コートBCD 15時半 - 17時半	21 西コートABC 15時半 - 17時半	22 西コートBCD 15時半 - 17時半	23 西コートABC 15時半 - 17時半	24 西コートDE 8 - 12
25 休み	26 西コートABC 8 - 11	27 西コートABC 8 - 11	28 西コートABC 8 - 11 部室掃除	29 休み	30 休み	31 休み
01	02	<p>メモ:</p> <p>挨拶・礼儀を徹底し、コートにいらっしゃる方に気持ちの良い挨拶を届けましょう。</p> <p>体調管理を徹底し、変化がある時は必ず相談すること。手指消毒を徹底し、感染症予防に努めましょう。</p> <p>変更があった時にはすぐに知らせます。お正月明けには、地区選抜大会、地区実力テストが行われます。休みの間に体力を落とさぬよう、自分を律し、文武両道に励みましょう。</p>				