

恒富中学校 男女バスケットボール部 練習計画（1月）

日	曜	行事など	内容	場所	時間	備考
1	水		休み			
2	木		休み			
3	金		休み			
4	土		休み			
5	日		休み			
6	月		休み			
7	火	始業の日	練習	体育館	15:00~17:00	
8	水		休み			リフレッシュデー
9	木	実力テスト（2年生）	練習	体育館	放課後~17:15	※1年生のみ練習
10	金	実力テスト（2年生）	練習	外	放課後~17:15	
11	土		練習	体育館	8:30~11:30	
12	日	宇宙カップ	大会	広瀬中学校	終日	
13	月		休み			
14	火		練習	体育館	放課後~17:15	
15	水		休み			リフレッシュデー
16	木		練習	体育館	放課後~17:15	
17	金		練習	外	放課後~17:15	
18	土		練習	体育館	13:00~16:00	
19	日		休み			
20	月		練習	体育館	放課後~17:15	
21	火		練習	体育館	放課後~17:15	
22	水		休み			リフレッシュデー
23	木		練習	体育館	放課後~17:15	
24	金		練習	外	放課後~17:15	
25	土	全九州春季大会	大会		終日	
26	日	全九州春季大会	大会		終日	
27	月		休み			
28	火		練習		放課後~17:15	
29	水		休み			リフレッシュデー
30	木		練習		放課後~17:15	
31	金		練習		放課後~17:15	