

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	木		休み			
2	金		休み			
3	土		休み			
4	日		休み			
5	月		休み			
6	火		休み			
7	水	始業の日	休み			リフレッシュデイ
8	木	2年：地区実力テスト	休み			
9	金	2年：地区実力テスト	練習	体育館	放課後～17:15	
10	土		練習	体育館	8:00～11:00	
11	日		練習	体育館	13:00～16:00	
12	月		休み			
13	火		休み			ノー部活動デイ
14	水		休み			リフレッシュデイ
15	木		練習	外	放課後～17:15	
16	金		練習	体育館	放課後～17:15	
17	土		練習	体育館	8:00～11:00	
18	日		休み			
19	月		練習	外	放課後～17:15	
20	火		練習	体育館	放課後～17:15	
21	水		休み			リフレッシュデイ
22	木		練習	外	放課後～17:15	
23	金		練習	体育館	放課後～17:15	
24	土		大会	南中学校	終日	
25	日		大会	南中学校	終日	
26	月		練習	外	放課後～17:15	
27	火		休み			ノー部活動デイ
28	水		休み			リフレッシュデイ
29	木		練習	体育館	放課後～17:15	
30	金		練習	体育館	放課後～17:15	
31	土		大会		終日	