

ハンドボール部9月練習計画 ONE FOR ALL ALL FOR ONE

体力の向上、体つくり、基礎基本を大事に頑張ろう

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
1	2	3	4	5	6	7
~18:30 朝練習(陸上) ~18:30	NO部活動DAY	朝練習(陸上) ~18:30	朝練習(陸上) ~18:30	朝練習(陸上) ~18:30	KTS活動 鶴城中グラウンド 練習試合	テスト期間 NO部活動DAY
8 NO部活動DAY	9 NO部活動DAY	10 定期テスト1日目 NO部活動DAY	11 定期テスト2日目 ~18:30	12 本中体育館 ~18:30	13 NO部活動DAY	14 練習試合 天草市民センター
15 敬老の日 練習試合 稜南中学校	16 朝練習(陸上) ~18:30	17 NO部活動DAY	18 朝練習(陸上) ~18:30	19 朝練習(陸上) ~18:30	20 13:00~16:00 市民センター (シエロ)	21 9:00~17:00 稜南中学校
22 NO部活動DAY	23 秋分の日 13:00~17:00 市民センター	24 NO部活動DAY	25 朝練習(陸上) ~18:30	26 朝練習(陸上) ~17:30	27 本中グラウンド 8:00~11:00	28 合同練習(シエロ) 8:30~13:30 国府高校
29	30	1	2	3	4	5
~18:30 朝練習(陸上) ~18:30	NO部活動DAY	朝練習(陸上) ~18:30	朝練習(陸上) ~17:30	KTS活動 本渡中グラウンド		