

令和 5 年度 県立下妻第一高等学校 バスケットボール部 1 月間活動予定表（案）

練習：16日 休息：10日 大会等：4日 練習試合：1日

1	月	70				
日	曜	活動予定	活動時間	活動場所	担当指導者	備考
1	月	休養日	0			
2	火	休養日	0			
3	水	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	
4	木	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	外部トレーナー指導
5	金	休養日	0			
6	土	休養日	0			
7	日	練習	3	下妻市総合体育館	顧問・外部指導者	
8	月	練習試合	6	埼玉県立白河高校	顧問・外部指導者	
9	火	休養日	0			
10	水	休養日	0			
11	木	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	外部トレーナー指導
12	金	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	
13	土	大会	3	大会会場	顧問・外部指導者	新人県予選
14	日	大会	3	大会会場	顧問・外部指導者	新人県予選
15	月	休養日	0			
16	火	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	
17	水	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	
18	木	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	外部トレーナー指導
19	金	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	
20	土	大会	5	大会会場	顧問・外部指導者	新人県予選
21	日	大会	5	大会会場	顧問・外部指導者	新人県予選
22	月	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	
23	火	休養日	0			
24	水	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	
25	木	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	外部トレーナー指導
26	金	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	
27	土	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	
28	日	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	外部トレーナー指導
29	月	練習	3	学校体育館	顧問・外部指導者	
30	火	休養日	0			
31	水	休養日	0			