## <u>茨城県</u>立下妻第一高等学校【運動部】月別活動計画·予定時間·活動実績一覧

※柔軟な運用

| 202 | 25年 | サッカー部 |      |      | ラグビー部 |      |      |      | 剣道部  |      |      | 野球部  |      |      | バスケットボール部 |      |      | 卓球部  |      |  |
|-----|-----|-------|------|------|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----------|------|------|------|------|--|
|     | -   |       |      |      |       | 予定時間 |      | 活動計画 |      | 活動宝績 | 活動計画 |      | 活動宝績 |      |           |      | 活動計画 |      | 活動宝績 |  |
| 1   | 水   | 練習    | 2:00 | 加勒入限 | 練習    | 2:00 | 加勒人帳 | 練習   | 2:00 | 加勒入限 | 大会   | 2:00 | 石功人根 | 練習   | 2:00      | 石功入限 | 練習   | 2:00 | 石坳入惊 |  |
| 2   | 木   | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 休み   | 2.00 |      | 練習   | 2:00      |      | 練習   | 2:00 |      |  |
| 3   | 金   | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 4   | ±   | 練習    | 2:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:00 |      | 大会   | 2:00 |      | 練習   | 3:00      |      | 練習   | 2:00 |      |  |
| 5   | 日   | 休み    |      |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      | 大会   | 2:00 |      | 練習   | 3:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 6   | 月   | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 休み   |      |      | 練習   | 2:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 7   | 火   | 休み    |      |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      | 休み   |      |      | 休み   |           |      | 休み   |      |      |  |
| 8   | 水   | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 休み   |      |      | 練習   | 2:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 9   | 木   | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 休み   |      |      | 練習   | 2:00      |      | 練習   | 2:00 |      |  |
| 10  | 金   | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00      |      | 練習   | 2:00 |      |  |
| 11  | ±   | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 3:00      |      | 練習   | 2:00 |      |  |
| 12  | 日   | 休み    |      |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      | 練習試合 | 2:00 |      | 練習試合 | 3:00      |      | 練習試合 | 2:00 |      |  |
| 13  | 月   | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 休み   |      |      | 練習   | 2:00      |      | 練習試合 | 2:00 |      |  |
| 14  | 火   | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 休み   |      |      | 休み   |           |      | 練習   | 1:00 |      |  |
| 15  | 水   | 休み    |      |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      | 休み   |      |      | 練習   | 2:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 16  | 木   | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 休み   |      |      | 練習   | 2:00      |      | 練習   | 1:30 |      |  |
| 17  | 金   | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00      |      | 練習   | 1:30 |      |  |
| 18  | ±   | 休み    |      |      | 大会    | 4:00 |      | 休み   |      |      | 大会   | 2:00 |      | 練習   | 2:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 19  | 日   | 休み    |      |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      | 大会   | 2:00 |      | 練習   | 2:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 20  | 月   | 休み    |      |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      | 大会   | 2:00 |      | 練習   | 2:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 21  | 火   | 休み    |      |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      | 大会   | 2:00 |      | 練習   | 2:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 22  | 水   | 休み    |      |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      | 休み   |      |      | 練習   | 2:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 23  | 木   | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 休み   |      |      | 練習   | 2:00      |      | 練習   | 2:00 |      |  |
| 24  | 金   | 練習    | 2:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 25  | 土   | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 大会   | 2:00 |      | 練習   | 3:00      |      | 休み   |      |      |  |
| 26  | 日   | 休み    |      |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      | 大会   | 2:00 |      | 練習   | 3:00      |      | 練習   | 2:00 |      |  |
| 27  | 月   | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 休み   |      |      | 休み   |           |      | 練習   | 2:00 |      |  |
| 28  | 火   | 練習    | 2:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 休み   |           |      | 休み   |      |      |  |
| 29  | 水   | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00      |      | 練習   | 2:00 |      |  |
| 30  | 木   | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 休み   |      |      | 練習   | 2:00      |      | 練習   | 2:00 |      |  |
| 31  | 金   | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習   | 2:00      |      | 練習   | 2:00 |      |  |

## <u>茨城県</u>立下妻第一高等学校【運動部】月別活動計画·予定時間·活動実績一覧

※柔軟な運用

| 202 | 25年             | バレーボール部(男子) |      |       | バレーボール部(女子) |      |            | テニス部 |      |             | ソフトテニス部 |      |          | 陸上競技部 |           |             | 弓道部  |      |           |
|-----|-----------------|-------------|------|-------|-------------|------|------------|------|------|-------------|---------|------|----------|-------|-----------|-------------|------|------|-----------|
|     | -               | 活動計画        |      |       |             |      |            | 活動計画 |      | 活動実績        |         |      |          |       |           |             | 活動計画 |      | 活動実績      |
| 1   | <u>ファ」</u><br>水 | 練習          | 1:30 | 71237 | 練習          | 1:30 | 7112070130 | 練習   | 2:00 | 711-335(15) | 練習      | 2:00 | 71337435 | 休み    | 7 72-11-1 | 711-355(15) | 練習   | 2:00 | 711707(1) |
| 2   | 木               | 練習          | 1:30 |       | 練習          | 1:30 |            | 練習   | 2:00 |             | 練習      | 2:00 |          | 練習    | 2:00      |             | 練習   | 2:00 |           |
| 3   | <u>·</u>        | 練習          | 1:30 |       | 練習          | 1:30 |            | 休み   |      |             | 練習      | 2:00 |          | 練習    | 2:00      |             | 練習   | 2:00 |           |
| 4   | 土               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 練習      | 3:00 |          | 練習    | 2:00      |             | 休み   |      |           |
| 5   | 日               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 休み    |           |             | 休み   |      |           |
| 6   | 月               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 休み    |           |             | 休み   |      |           |
| 7   | 火               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 休み    |           |             | 休み   |      |           |
| 8   | 水               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 休み    |           |             | 休み   |      |           |
| 9   | 木               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 練習   | 2:00 |             | 練習      | 2:00 |          | 休み    |           |             | 練習   | 2:00 |           |
| 10  | 金               | 練習          | 1:30 |       | 練習          | 1:30 |            | 練習   | 2:00 |             | 練習      | 2:00 |          | 練習    | 2:00      |             | 練習   | 2:00 |           |
| 11  | ±               | 練習          | 3:00 |       | 練習          | 3:00 |            | 練習   | 4:00 |             | 練習      | 3:00 |          | 練習    | 3:00      |             | 練習   | 2:00 |           |
| 12  | 日               | 練習試合        | 3:00 |       | 練習試合        | 3:00 |            | 休み   |      |             | 練習試合    | 3:00 |          | 休み    |           |             | 休み   |      |           |
| 13  | 月               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 練習      | 3:00 |          | 練習    | 2:00      |             | 練習   | 2:00 |           |
| 14  | 火               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 練習    | 2:00      |             | 休み   |      |           |
| 15  | 水               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 休み    |           |             | 休み   |      |           |
| 16  | 木               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 練習    | 2:00      |             | 休み   |      |           |
| 17  | 金               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 練習    | 2:00      |             | 休み   |      |           |
| 18  | 土               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 休み    |           |             | 休み   |      |           |
| 19  | 日               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 休み    |           |             | 休み   |      |           |
| 20  | 月               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 練習    | 2:00      |             | 休み   |      |           |
| 21  | 火               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 練習    | 2:00      |             | 休み   |      |           |
| 22  | 水               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 休み    |           |             | 休み   |      |           |
| 23  | 木               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 練習   | 2:00 |             | 練習      | 2:00 |          | 練習    | 2:00      |             | 練習   | 2:00 |           |
| 24  | 金               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 練習      | 2:00 |          | 練習    | 2:00      |             | 練習   | 2:00 |           |
| 25  | ±               | 練習          | 3:00 |       | 練習          | 3:00 |            | 休み   |      |             | 練習      | 3:00 |          | 大会    | 2:00      |             | 練習   | 2:00 |           |
| 26  | 日               | 休み          |      |       | 休み          |      |            | 休み   |      |             | 練習試合    | 3:00 |          | 休み    |           |             | 休み   |      |           |
| 27  | 月               | 練習          | 1:30 |       | 休み          |      |            | 練習   | 2:00 |             | 練習      | 2:00 |          | 練習    | 2:00      |             | 練習   | 2:00 |           |
| 28  | 火               | 休み          |      |       | 練習          | 1:30 |            | 休み   |      |             | 休み      |      |          | 練習    | 2:00      |             | 休み   |      |           |
| 29  | 水               | 練習          | 1:30 |       | 練習          | 1:30 |            | 練習   | 2:00 |             | 練習      | 2:00 |          | 休み    |           |             | 練習   | 2:00 |           |
| 30  | 木               | 練習          | 1:30 |       | 練習          | 1:30 |            | 練習   | 2:00 |             | 練習      | 2:00 |          | 練習    | 2:00      |             | 練習   | 2:00 |           |
| 31  | 金               | 練習          | 1:30 |       | 練習          | 1:30 |            | 練習   | 2:00 |             | 練習      | 2:00 |          | 練習    | 2:00      |             | 練習   | 2:00 |           |

## 茨城県立下妻第一高等学校【運動部】月別活動計画・予定時間・活動実績一覧

※柔軟な運用

| 202 | 25年 | 柔道部  |      |      | バドミントン部 |      |      | 応援団  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
|-----|-----|------|------|------|---------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
|     |     | 活動計画 | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画    | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画 | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画 | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画 | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画 | 予定時間 | 活動実績 |
| 1   | 水   | 休み   |      |      | 練習      | 2:00 |      | 練習   | 1:30 |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 2   | 木   | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 大会   | 2:00 |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 3   | 金   | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 4   | 土   | 休み   |      |      | 練習      | 4:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 5   | 日   | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 6   | 月   | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 7   | 火   | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 8   | 水   | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 9   | 木   | 休み   |      |      | 練習      | 2:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 10  | 金   | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 練習   | 1:30 |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 11  | ±   | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 練習   | 1:30 |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 12  | 日   | 練習試合 | 2:00 |      | 休み      |      |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 13  | 月   | 休み   |      |      | 練習      | 2:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 14  | 火   | 練習   | 2:00 |      | 休み      |      |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 15  | 水   | 休み   |      |      | 練習      | 2:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 16  | 木   | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 17  | 金   | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 18  | 土   | 休み   |      |      | 練習      | 4:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 19  | 日   | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 20  | 月   | 練習   | 2:00 |      | 休み      |      |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 21  | 火   | 大会   | 2:00 |      | 練習      | 1:30 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 22  | 水   | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 23  | 木   | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 24  | 金   | 休み   |      |      | 練習      | 2:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 25  | 土   | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 26  | 日   | 練習試合 | 2:00 |      | 練習      | 4:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 27  | 月   | 練習   | 2:00 |      | 大会      | 2:00 |      | 練習   | 1:30 |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 28  | 火   | 練習   | 2:00 |      | 大会      | 2:00 |      | 休み   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 29  | 水   | 休み   |      |      | 練習      | 2:00 |      | 練習   | 1:30 |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 30  | 木   | 練習   | 2:00 |      | 大会      | 2:00 |      | 練習   | 1:30 |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 31  | 金   | 練習   | 2:00 |      | 休み      |      |      | 練習   | 1:30 |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |