

## 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

2026/9/4 現在

※柔軟な運用

| 2026年<br>9月 |   | 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  |      |      |
|-------------|---|-------|------|------|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----------|------|------|------|------|------|
|             |   | 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           | 火 | 練習    | 2:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:15 |      | 休み   |      |      | 休み        |      |      | 練習   | 2:00 |      |
| 2           | 水 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:15 |      | 休み   |      |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 3           | 木 | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:15 |      | 休み   |      |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 4           | 金 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 3:30 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 5           | 土 | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 大会   | 2:00 |      | 練習        | 3:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 6           | 日 | 練習    | 2:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:15 |      | 大会   | 2:00 |      | 練習試合      | 3:00 |      | 休み   |      |      |
| 7           | 月 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 大会   | 2:00 |      | 練習        | 2:00 |      | 休み   |      |      |
| 8           | 火 | 練習    | 2:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:15 |      | 休み   |      |      | 休み        |      |      | 練習   | 2:00 |      |
| 9           | 水 | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:15 |      | 休み   |      |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 10          | 木 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:15 |      | 休み   |      |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 11          | 金 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 3:30 |      | 休み   |      |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 12          | 土 | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 練習   | 2:00 |      | 練習        | 3:00 |      | 大会   | 2:00 |      |
| 13          | 日 | 練習    | 2:00 |      | 練習試合  | 4:00 |      | 練習   | 2:15 |      | 練習試合 | 2:00 |      | 練習試合      | 3:00 |      | 大会   | 2:00 |      |
| 14          | 月 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 練習試合 | 2:00 |      | 練習        | 2:00 |      | 休み   |      |      |
| 15          | 火 | 練習    | 2:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:15 |      | 休み   |      |      | 休み        |      |      | 練習   | 2:00 |      |
| 16          | 水 | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:15 |      | 休み   |      |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 17          | 木 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:15 |      | 休み   |      |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 18          | 金 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 3:30 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 19          | 土 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 大会   | 2:00 |      | 大会        | 3:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 20          | 日 | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:15 |      | 大会   | 2:00 |      | 大会        | 3:00 |      | 休み   |      |      |
| 21          | 月 | 練習    | 2:00 |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      | 大会   | 2:00 |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 22          | 火 | 大会    | 2:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:15 |      | 休み   |      |      | 練習試合      | 3:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 23          | 水 | 休み    |      |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:15 |      | 休み   |      |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 24          | 木 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:15 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習        | 2:00 |      | 休み   |      |      |
| 25          | 金 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 3:30 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 26          | 土 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 大会   | 2:00 |      | 練習        | 3:00 |      | 休み   |      |      |
| 27          | 日 | 休み    |      |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:15 |      | 大会   | 2:00 |      | 大会        | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 28          | 月 | 練習    | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      | 休み   |      |      | 大会        | 2:00 |      | 休み   |      |      |
| 29          | 火 | 練習    | 2:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:15 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習        |      |      | 練習   | 2:00 |      |
| 30          | 水 | 休み    |      |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:15 |      | 大会   | 2:00 |      | 大会        | 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

2026/9/4 現在

※柔軟な運用

| 2026年<br>9月 |   | 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        | 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           | 火 | 休み          |      |      | 休み          |      |      | 休み   |      |      | 練習      | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      |
| 2           | 水 | 練習          | 1:30 |      | 練習          | 1:30 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:00 |      |
| 3           | 木 | 練習          | 1:30 |      | 練習          | 1:30 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 大会    | 4:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 4           | 金 | 練習          | 1:30 |      | 練習          | 1:30 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 大会    | 4:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 5           | 土 | 練習試合        | 3:00 |      | 練習試合        | 3:00 |      | 練習   | 3:00 |      | 休み      |      |      | 大会    | 4:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 6           | 日 | 休み          |      |      | 休み          |      |      | 休み   |      |      | 練習      | 2:00 |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      |
| 7           | 月 | 休み          |      |      | 休み          |      |      | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 8           | 火 | 練習          | 1:30 |      | 練習          | 1:30 |      | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      |
| 9           | 水 | 練習          | 1:30 |      | 練習          | 1:30 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:00 |      |
| 10          | 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 |      |
| 11          | 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 |      |
| 12          | 土 | 休み          |      |      | 休み          |      |      | 練習   | 2:00 |      | 休み      |      |      | 練習    | 3:00 |      | 休み   |      |      |
| 13          | 日 | 練習          | 3:00 |      | 練習          | 3:00 |      | 休み   |      |      | 練習試合    | 4:00 |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      |
| 14          | 月 | 休み          |      |      | 休み          |      |      | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 15          | 火 | 練習          | 1:30 |      | 練習          | 1:30 |      | 休み   |      |      | 練習      | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      |
| 16          | 水 | 練習          | 1:30 |      | 練習          | 1:30 |      | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:00 |      |
| 17          | 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 |      |
| 18          | 金 | 練習          | 1:30 |      | 練習          | 1:30 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 大会    | 4:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 19          | 土 | 練習          | 3:00 |      | 練習          | 3:00 |      | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 大会    | 4:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 20          | 日 | 休み          |      |      | 休み          |      |      | 休み   |      |      | 練習      | 4:00 |      | 大会    | 4:00 |      | 休み   |      |      |
| 21          | 月 | 練習試合        | 3:00 |      | 練習試合        | 3:00 |      | 休み   |      |      | 練習      | 4:00 |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:00 |      |
| 22          | 火 | 練習試合        | 3:00 |      | 練習試合        | 3:00 |      | 休み   |      |      | 練習      | 4:00 |      | 練習    | 3:00 |      | 大会   | 2:00 |      |
| 23          | 水 | 練習          | 1:30 |      | 練習          | 1:30 |      | 休み   |      |      | 大会      | 4:00 |      | 練習    | 3:00 |      | 大会   | 2:00 |      |
| 24          | 木 | 大会          | 3:00 |      | 練習          | 1:30 |      | 休み   |      |      | 大会      | 4:00 |      | 練習    | 3:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 25          | 金 | 練習          | 1:30 |      | 大会          | 3:00 |      | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 休み    |      |      | 練習   | 2:00 |      |
| 26          | 土 | 大会          | 3:00 |      | 大会          | 3:00 |      | 練習   | 3:00 |      | 練習      | 4:00 |      | 練習    | 3:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 27          | 日 | 休み          |      |      | 休み          |      |      | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 休み    |      |      | 休み   |      |      |
| 28          | 月 | 休み          |      |      | 休み          |      |      | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 練習    | 2:00 |      | 練習   | 2:00 |      |
| 29          | 火 | 練習          | 1:30 |      | 練習          | 1:30 |      | 休み   |      |      | 休み      |      |      | 練習    | 2:00 |      | 休み   |      |      |
| 30          | 水 | 練習          | 1:30 |      | 練習          | 1:30 |      | 練習   | 2:00 |      | 練習      | 2:00 |      | 休み    |      |      | 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

2026/9/4 現在

## ※柔軟な運用

2026年  
9月

[illegible]