

学校名	部活動名
鎮西学院高等学校	卓球部女子

※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				学校行事	大会名等
		練習時間		時間計	活動種別		
1	日		～			勉強日	
2	月		～			勉強日	期末試験③
3	火		～			勉強日	期末試験④
4	水	15:00	～	17:30	2:30	試験後練習	期末試験⑤
5	木	16:05	～	20:00	3:55	①通常練習（校内）	
6	金	16:05	～	20:00	3:55	①通常練習（校内）	
7	土	9:00	～	18:00	9:00		EK補習
8	日	9:00	～	18:00	9:00		
9	月	16:05	～	20:00	3:55	①通常練習（校内）	
10	火		～			フリー	
11	水	16:10	～	20:00	3:50	①通常練習（校内）	人権同和教育
12	木	16:10	～	20:00	3:50	①通常練習（校内）	
13	金	16:10	～	20:00	3:50	①通常練習（校内）	
14	土	9:00	～	20:00	11:00	①通常練習（校内）	
15	日		～			⑥大会（その他主催）	勝山杯
16	月	16:10	～	17:30	1:20	サーブ研究	
17	火	16:10	～	20:00	3:50	①通常練習（校内）	
18	水	15:15	～	20:00	4:45	①通常練習（校内）	
19	木	13:45	～	18:00	4:15	①通常練習（校内）	学校クリスマス・寮クリスマス
20	金		～			⑤大会（高体連主催）	終業式 九州新人大会
21	土		～			⑤大会（高体連主催）	九州新人大会
22	日		～			⑤大会（高体連主催）	九州新人大会
23	月		～			大掃除	進学補習～12/26 Xmasケーキ
24	火	9:00	～	18:00	9:00	①通常練習（校内）	
25	水	9:00	～	18:00	9:00	①通常練習（校内）	全国選抜個人予選
26	木	9:00	～	18:00	9:00	県強化練習会	
27	金	9:00	～	18:00	9:00	③練習試合（校内）	計画年休日 長崎東高校来校
28	土	9:00	～	18:00	9:00	①通常練習（校内）	
29	日	8:30	～	12:00	3:30	午前練習	8:30～閉寮
30	月		～				
31	火		～				

行事等

- ・まずは健康が一番、怪我・病気の予防をしましょう。報告・連絡・相談を忘れないようにしましょう。
- ・全員で頑張って全国選抜（岡山）に行こう！
- ・26日は県ジュニア強化会です。基本的に15名全員参加です。
- ・1月から3月にかけて試合が続きます。自主トレーニングを行い、故障しない体作りに努めましょう。
- ・年末年始の休みは29日（日）12:00から、集合は3日12:00です。3日は後援会とのレクリエーションがあります