

女子バスケットボール部（10月）活動計画

今月の目標 新人戦に向けて、チームの意識を高める

	1年生	2年生	3年生
第1週	新人戦に向けて、チームの約束事の確認		
第2週	基礎体力の向上・ファンダメンタルの反復練習		
第3週	基礎体力の向上・ファンダメンタルの反復練習		
第4週	基礎体力の向上・ファンダメンタルの反復練習		

日	曜	行事	時間		備考
			朝	夕	
1	月	新人戦 壮行会	×	○	放課後練習あり
2	火		×	○	
3	水		×	○	上田先生 午後出張
4	木			○	県東地区新人戦1日目(鉾田総合公園体育館)
5	金			○	県東地区新人戦2日目(カシマススポーツセンター)
6	土			○	県東地区新人戦3日目(カシマススポーツセンター)
7	日		×		
8	月	体育の日	×		
9	火		×	○	
10	水	駅伝試走	×	○	
11	木		×	○	
12	金		×	○	
13	土		○(7:00~9:00)		休みまたは練習試合に変更の場合あり
14	日		×		県東地区選抜選手 1次選考会(U13, U14)
15	月		×		
16	火		×	○	
17	水	県東地区駅伝	×	○	
18	木		×	○	
19	金		×	○	友輝祭準備のため体育館半面のみ
20	土		○(7:00~9:00)		休みまたは練習試合に変更の場合あり
21	日		×		県東地区選抜選手 1次選考会(U13)
22	月		×		
23	火		×	○	県新人戦(女子1・2回戦:霞ヶ浦文化体育館)
24	水		×	○	県新人戦(男子1・2回戦:霞ヶ浦文化体育館)
25	木		×	○	県新人戦(男女準決勝, 決勝:霞ヶ浦文化体育館)
26	金		×	○	
27	土		○(7:00~9:00)		休みまたは練習試合に変更の場合あり
28	日		×		県東地区選抜選手 1次選考会(U14)
29	月	振替休日(友輝祭)	×		
30	火		×	○	↓

連絡事項

今月完全下校時刻 新人戦前まで17:30 新人戦以降17:15
県東地区新人戦の結果によって、変更となる場合があります。
10月、11月の日曜日は選抜練習会が入っています。よって、選抜に入っていない部員は土日の練習が休みとなる場合があります。