

七尾中学校 部活動の計画

※現段階の予定ですので、変更になることがあります。変更を含めた正式な活動計画は、各顧問から生徒に知らせています。
 ※個人競技のある部活動等は、大会等により個々で部活動の活動時間が違うため計画どおりの日程でない生徒もいます。
 各顧問から、生徒に知らせていますので個々でご確認ください。

6月	野球		柔道		剣道		男子バスケット		女子バスケット		陸上		サッカー		バレーボール		ソフトテニス		吹奏楽		家庭		美術		グローバル・文芸書道		
	休養日等	時間	休養日等	時間	休養日等	時間	休養日等	時間	休養日等	時間	休養日等	時間	休養日等	時間	休養日等	時間	休養日等	時間	休養日等	時間	休養日等	時間	休養日等	時間	休養日等	時間	
1	土	練習試合	AM5h	柔道教室	AM, PM	PM3h		PM3h		AM3h		AM3h		AM3h		AM, PM		AM4h		AM3h				AM3h			
2	日	休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日				休養日			
3	月		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.0h	休養日	
4	火		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.0h		1.5h
5	水																										
6	木		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.0h		1.5h
7	金		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.0h	休養日	
8	土	大会		大会		大会		大会		大会		AM3h	大会		大会		大会		AM3h					AM3h			
9	日	大会		休養日		休養日		大会		大会		大会		大会		大会		大会		大会				休養日			
10	月	休養日			1.5h		1.5h	休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日			1.5h		1.0h		1.5h
11	火																										
12	水		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h	休養日		休養日		休養日	
13	木		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h	休養日			1.0h		1.5h
14	金		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.0h	休養日	
15	土		AM3h		AM3h		AM3h		AM3h	休養日		AM3h		AM3h		PM3h		AM4h		AM3h					AM3h		
16	日	休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日				休養日		休養日				休養日			
17	月																										
18	火																										
19	水																										
20	木																										
21	金																										
22	土																										
23	日																										
24	月																										
25	火																										
26	水																										
27	木		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h				1.5h		1.0h		1.5h
28	金		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h		1.5h			1.5h		1.0h	休養日		
29	土	休養日			AM3h		PM3h		PM3h		AM3		AM3h		AM3h		AM3h		AM4h						AM3h		
30	日		AM3h	休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日		休養日							休養日		