

# 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。

12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	日	休養日		休養日		休養日		休養日		休養日						AM3h			休養日			休養日		休養日			
2	月		1h		1h		1h		1h		1h					1h				1h		1h		1h		休養日	
3	火		1h		1h		1h		1h		1h					1h				1h		1h		1h		1h	1h
4	水	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				
5	木		1h		1h		1h		1h		1h					1h				1h		1h		1h		1h	1h
6	金		1h		1h		1h		1h		1h					1h				1h		1h		1h		休養日	
7	土	休養日			AM3h		AM3h		PM3h		PM3h					AM3h				AM3h		休養日		AM3h			
8	日	練習試合	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		
9	月		1h		1h		1h		1h		1h					1h				1h		1h		1h		休養日	
10	火		1h		1h		1h		1h		1h					1h				1h		1h		1h		1h	1h
11	水	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				
12	木		1h		1h		1h		1h		1h					1h				1h		1h		1h		1h	1h
13	金		1h		1h		1h		1h		1h					1h				1h		1h		1h		休養日	
14	土	練習試合	AM3h		AM3h		AM3h		AM3h		AM3h					PM3h				AM3h		休養日		AM3h			
15	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		
16	月		1h		1h		2h		1h		1h					1h				1h		1h		休養日		休養日	
17	火		1h		1h		2h		1h		1h					1h				1h		1h		休養日		1h	1h
18	水	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				
19	木		1h		1h		2h		1h		1h					1h				1h		1h		休養日		1h	1h
20	金		1h		1h		1h		1h		1h					1h				1h		1h		1h		休養日	
21	土		AM3h		AM3h		AM3h		PM3h	休養日					AM3h					三送会		休養日		AM3h			
22	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		
23	月		1h		1h		1h									1h				1h		休養日		1h		休養日	
24	火		AM3h		AM3h		AM3h		AM3h		AM3h					PM3h				AM3h		AM3h				休養日	
25	水		AM3h		AM3h		AM3h		休養日		休養日					休養日				AM3h						休養日	
26	木		AM3h		AM3h		AM3h		PM3h		PM3h					AM3h				AM3h						休養日	
27	金	休養日			AM3h		AM3h		AM3h		AM3h					PM3h				休養日						休養日	
28	土	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	
29	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	
30	月	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	
31	火	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	