

ソフトテニス部 1月 練習計画

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1 部休	2 部休	3 部休	4 部休
5 部休	6 部休	7 ~17:00	8 部休	9 ~17:30	10 ~17:30	11 部休
12 部休	13 部休	14 ~17:30	15 部休	16 ~17:30	17 ~17:30	18 佐伯中学校 9:00~12:00
19 部休	20 ~17:30	21 ~17:30	22 部休	23 ~17:30	24 ~17:30	25 スポーツ公園AB 9:00~12:00
26 部休	27 ~17:30	28 ~17:30	29 部休	30 ~17:30	31 ~17:30	1

※予定表を確認して、無断欠席を絶対にしないこと！

※部休の日も元気に体を動かし、風邪をひかない丈夫な体づくりをしよう！！

※部活動が雨天等で中止の場合については、オクレンジャーで連絡します。