

2022年

1月 男子バレーボール部練習計画

佐野中学校男子バレーボール部

今月の目標		スパイク・サーブでコースを狙う。			
		時間	場所	内容	備考
1/1	土			オフ	学校閉庁日
1/2	日			オフ	
1/3	月			オフ	
1/4	火			オフ	
1/5	水			オフ	
1/6	木			オフ	学校開始
1/7	金	15:50~17:00	体育館	カット中心	
1/8	土	8:00~12:00	体育館	総合練習	
1/9	日	12:30~16:30	体育館	総合練習	練習試合を計画中
1/10	月			オフ	成人の日
1/11	火	15:50~17:00	体育館	ブロック中心	
1/12	水	15:50~17:00	体育館	スパイク中心	
1/13	木	15:50~17:00	体育館	ブロック・カット	
1/14	金	15:50~17:00	体育館	コンビネーション	1年生スキー学習
1/15	土			オフ	1年生スキー学習
1/16	日			オフ	
1/17	月			オフ	1年生振替休業日
1/18	火	15:50~17:00	体育館	カット中心	
1/19	水	13:10~14:20	体育館	スパイク中心	三者面談
1/20	木			オフ	三者面談
1/21	金	13:10~14:20	体育館	カット中心	三者面談
1/22	土			オフ	
1/23	日	未定	未定	別紙	リーグ戦(会場未定)
1/24	月			オフ	
1/25	火			オフ	三者面談
1/26	水			オフ	三者面談
1/27	木	15:50~17:00	体育館	カット中心	新入生保護者説明会
1/28	金	15:50~17:00	体育館	ブロック中心	
1/29	土			オフ	
1/30	日	8:00~12:00	体育館	総合練習	練習試合を計画中
1/31	月			オフ	