

# 7月2022

## 令和4年度 女子バレーボール部活動練習日程 (完全下校時刻17:55, 夏休み中は16:30)

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
26	27	28	29	30	1	2
					~17:55	休み
3	4	5	6	7	8	9
8:30~12:30	部活動なし	~17:55	~17:55	~17:55	~17:55	12:30~16:30
10	11	12	13	14	15	16
休み	部活動なし	~17:55	~17:55	~17:55	~17:55	12:30~16:30
17	18	19	20	21	22	23
休み AM審判講習会	8:30~12:30 海の日	~17:55 給食終了	部活動なし	部活動なし 県総体 夏休み開始	部活動なし 県総体	休み
24	25	26	27	28	29	30
8:30~12:30	12:30~16:30	12:30~16:30	部活動なし 杉森日直	部活動なし 杉森出張	12:30~16:30 0	12:30~16:30
31		メモ	<ul style="list-style-type: none"> <li>○基礎を大切に、練習を積み重ねていきましょう。サーブ、サーブカットが基本です。届きましょう。</li> <li>○本格的に暑くなります。各自、しっかり水分補給をしましょう。休みの日は、なるべく経口補水液を持ってきてください。</li> <li>○土日の練習は、練習試合等で予定が変更になることがあります。</li> <li>○H&amp;Sで検温の報告と欠席連絡をお願いします。</li> </ul>			
休み						