４月　大聖寺高校弓道部　　練習予定

月日	曜	学校行事(予定)	部活時間	1年生	部行事
4/1	水	職員会議	休み		
2	木		8:40		
3	金		8:40		
4	土		休み		春季大会選手選考
5	日		休み		
6	月	新入生オリエンテーション	8:40		
7	火	職員会議	休み		
8	水	新任式、始業式、入学式	午後		
9	木	課題テスト			
10	金	課題テスト、部紹介、部顧問会議			
11	土	Sゼミ	13:00		
12	日		休み		
13	月				
14	火	身体計測、ホーム写真			
15	水	創立記念日　（授業あり）	（休み？）		
16	木	部登録、部ミーティング			
17	金	職員会議			
18	土		8:40		大掃除
19	日	職員会議	休み		
20	月				
21	火				
22	水				
23	木				
24	金	1年遠足			
25	土		8:40		２０射会・トーナメント
26	日		女子　8:40		春季大会(男子)県武
27	月				
28	火				
29	水	昭和の日	男子　休み		春季大会(女子)県武
30	木				
5/1	金				
2	土			9:00？	飯田遠征
3	日	憲法記念日		9:00？	
4	月	みどりの日		休み	
5	火	こどもの日、考査1週間前	休み		
6	水	振替休日、3年模試	休み		
7	木		1時間練習	休み	

練習メニュー

授業の終わった時間から35分後に掃除開始

それまでに　巻藁を終えておくこと

基本メニュー

★平日(7限の日)

射込み8射　立ち8射　射込み

★平日(6限の日)

12射射込み　立ち8射　射込み

★土･日

射込み20射　立ち8射　射込み12射

☆土日に練習試合が入る可能性あり

★ストレッチは練習の前後に必ず行う

★筋トレ(フル)は原則　月・水・金　に行う

★1本競射、最終射手はできる限り行う

5、6月の行事予定

23日？総体リハーサル大会(小松or山中？)

5月31日(日)県総体個人戦予選(鶴来)

6月4日～6日　県高校総体(県武)