

春休み～新学期 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	部行事	練習メニュー
23	火	球技大会	休み		春休み中は練習開始5分前に掃除を始める それまでに巻き藁を終えておくこと
24	水	終業式	13:00?		
25	木	春休み	8:40		春休み中の基本メニュー 整列、ストレッチ、メントレ 射込 立ち 射込 筋トレ ストレッチ 整列 ★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 ★最終射手はできる限り行う 練習試合を入れるかも、、 4月行事予定 25日(日)春季大会(女子) 29日(木祝)春季大会(男子)
26	金		1日	練習試合(全員)山中?小松?	
27	土	停電 9:00~16:00	1日	富山でミニ大会(選抜メンバー) 選手以外は休み	
28	日		休み		
29	月		8:40	8:40~11:45	
30	火		1日	↑1日練習(2日間) — 13:00~16:00	
31	水		1日	↓20射会・トーナメント(午後)	
1	木	職員会議	休み		
2	金		8:40		
3	土		8:40		
4	日		休み		
5	月		8:40		4月行事予定 25日(日)春季大会(女子) 29日(木祝)春季大会(男子)
6	火		8:40	大掃除	
7	水	職員会議	休み		
8	木	始業式 入学式	午後	入学式と並行して静かに実施の予定	

変更することもあります！！