

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	水	球技大会	休み		練習開始時間に掃除を始める それまでに 巻き藁を終えておくこと
24	木	終業式・離任式	13:00 ?		
25	金	春休み	8:35	練習後 大掃除(カーペット片付け)	<div>春休み中の基本メニュー</div> <div>整列、ストレッチ、メントレ</div> <div>射込 立ち 射込</div> <div>1本競射(皆中練習)</div> <div>筋トレ ストレッチ 整列</div>
26	土		8:35	加賀市弓道場開設記念大会 記録会	
27	日		休み		
28	月		8:35		
29	火		8:35	8:35～11:40	
30	水		1日	1日練習 13:00～16:00	
31	木		1日	20射会・トーナメント(午後)	
4/1	金	職員会議	休み		
2	土		8:35		★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
3	日		休み		
4	月	新入生物品販売	8:35		<div>春休み中に練習試合を実施する予定</div> <div>「休み」の日に入るかもしれません</div>
5	火		8:35		
6	水		8:35	大掃除	
7	木	職員会議	休み		
8	金	新任式・1学期始業式 入学式	午後	入学式と並行して静かに実施の予定	
9	土		8:35		

10	日		休み		
----	---	--	----	--	--