

6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	部行事	練習メニュー	
6/1	月		平常通り		授業の終わった時間から 35分後に準備開始 それまでに 巻藁を終えておくこと	
2	火		平常通り	3年生 金・銀的		
3	水		県総体	個人戦予選(小松市) 1年生は補助員(係)		
4	木	↑ 総体・総文	県総体	団体戦予選(8射)上位12校通過		
5	金		県総体	団体戦準決勝(8射)5校通過・決勝リーグ戦		
6	土		県総体	個人準決勝(8射)・決勝(8射)・表彰式		
7	日		休み			
8	月		平常通り	ミーティング、練習		
9	火		平常通り			
10	水		休み			
11	木		平常通り			
12	金	進研模試(3年)↑	平常通り			
13	土	進研模試(3年)↓	13:00?			
14	日		休み	国スポ最終選考会(県武)		
15	月		平常通り			
16	火		平常通り			
17	水		休み			
18	木		平常通り			
19	金	職員会議	平常通り	北信越大会(金沢市) ←↑		
20	土		8:35			
21	日		休み			
22	月	考査1週間前 文化教室(3限まで)	練習禁止			
23	火		練習禁止			
24	水		練習禁止			
25	木		練習禁止			
26	金		練習禁止			
27	土	Sゼミ②	練習禁止			
28	日		練習禁止			
29	月	↑ 期末考査	練習禁止			
30	火		練習禁止			
7/1	水		練習禁止			
2	木		練習禁止			
3	金	↓ 進研模試(3年)	12:00?	練習後 大掃除		
4	土	進研模試 (1・2年)(3年)	14:30?			
5	日		8:35	20射会・トーナメント(6月)		
6	月					

基本メニュー

★平日(7限の日)
射込み 中心

★平日(6限の日)
射込み と 立ち

★土・日
射込み、立ち、射込み

ストレッチは練習の前後に必ず行う
筋トレは原則毎日行う
最終射手はできる限り行う

7月の予定

8月1日(土)~8月4日(火)
全国高校総体(和歌山県田辺市)