

令和6年度 都立光丘高校 男子バスケットボール部 11月予定表

*追加等の変更点は赤字で記入しています

最終更新

10月21日

日	曜日	予定等	活動				
			朝練	時間	場所	夜練	備考
1	金	面談週間	○	15:30~18:00	体育館[半面女バス]		【練習】★補食持参★
2	土	東京都教育の日		7:00~12:30	体育館[半面女バス]		【練習】★補食持参★
3	日	文化の日		8:30~13:30	都高島		【新人支部予選 3回戦】vs対戦校未定 ★昼食持参★負ければPM練習or練習試合
4	月	振替休日		8:30~13:30	海城		【新人支部予選 4回戦】vs対戦校未定 ★昼食持参★負ければPM練習or練習試合
5	火		○	放課後~18:00	体育館[半面女バス]		【練習】★補食持参★
6	水		○	放課後~18:00	体育館[半面女バス]	○	【練習】★補食持参★
7	木		○	休み			○
8	金		○	15:30~18:00	体育館[半面女バス]		【練習】★補食持参★
9	土			7:00~12:30	体育館[半面女バス]		【練習】★補食持参★
10	日			8:20~13:30	都石神井		【新人支部予選 5回戦】vs対戦校未定 ★昼食持参★負ければPM練習
11	月	授業公開週間		休み			
12	火		○	放課後~18:00	体育館[半面女バス]		【練習】★補食持参★
13	水		○	休み			○
14	木		○	休み			○
15	金		○	放課後~18:00	体育館[半面女バス]		【練習】★補食持参★
16	土			8:30~12:30	未定		【練習試合?】vs対戦校未定 ★昼食持参★(大会の勝ち上がり次第)
				13:00~17:00	体育館[半面女バス]		【練習】★補食持参★
17	日			8:20~16:00	立教池袋		【新人支部予選 準決勝&決勝】vs対戦校未定 ★昼食持参★
				9:30~18:00	代々木第二体育館		負ければ、【試合観戦】「U18日清食品トッパリーグ2024 最終日」
18	月			休み			
19	火	2年修学旅行	○	放課後~18:00	体育館[半面女バス]		【練習】★補食持参★
20	水		○	放課後~18:00	体育館[半面女バス]	○	【練習】★補食持参★
21	木		○	休み			○
22	金		○	放課後~18:00	体育館[半面女バス]		【練習】★補食持参★
23	土	勤労感謝の日		7:00~11:00	体育館[全面]		【練習】★補食持参★
				12:30~17:00	体育館[全面]		第2回 部活動体験会
24	日	開校記念日・ESAT-J会場		休み			
25	月	考查前		休み			
26	火			休み			
27	水			休み			
28	木			休み			
29	金			休み			
30	土			休み			

- ★ 遅刻・欠席・早退については必ず連絡すること。【厳守】
- ☆ あくまで予定です。変更あればまた連絡します
- ★ トレーニングルームを積極的に活用し体づくりを各自で行うこと。
- ★ 始めと終わりに浅沼先生か大平先生のところに行き、利用する事を伝えること。
- ★ フォーメーションやディフェンスなどのチームの約束事が増えています。
- ☆ 全員できるようにしておくこと。チーム練習だけでは足りない可能性大。
- ★ 補食(おにぎり・バナナ・ゼリー飲料など)を必ず持つてくる。
- ☆ プロテインをチームで購入しました。練習後に飲みます。[任意]
- ★ 夜練は部活ではなく任意の活動です。ケガには注意すること。
- ★ 水曜(小中高生 試合) 木曜(中高生 自主練)
- ★ 場所は練馬区立石神井西中学校 19:00~20:45 無料

全ての日程で中学3年生参加できます。【要連絡】

