平成31年　1月　硬式テニス部 練習計画表

日	曜日	学校行事	活動時間	使用施設	試合会場 (校内・校外等)
1/1	火		オフ		
2	水		オフ		
3	木		オフ		
4	金		9:00−16:30	4面全面	・初打ち練習
5	土		8:00−12:30(全体練習) (以降は自主練習)	人工芝コート2面	・太田コーチ指導
6	日			4面全面	**・2年1年練習試合(市岐阜商高校)**
7	月	開寮13:00			
8	火	開講，月曜授業	16:30−18:30(下級生中心練習) (7:00〜8:50以前、18:30以降は自主練習)	人工芝コート2面	
9	水	1・2年:補講・補習 3〜5年:授業	15:10−17:40(全体練習) (7:00〜8:50以前、17:40以降は自主練習)	〃	
10	木	1〜4年:補講・補習 5年:授業	16:30−18:30(自主練習) (7:00〜8:50以前、18:30以降は自主練習)	〃	
11	金		16:30−18:30(全体練習) (7:00〜8:50以前、18:30以降は自主練習)	〃	・長コーチ指導
12	土		8:00−12:30(全体練習) (以降は自主練習)	〃	・太田コーチ指導
13	日		8:00-17:00	4面全面	**・第7回ランキング戦(シングルス)**
14	月				
15	火		16:30−18:30(下級生中心練習) (7:00〜8:50以前、18:30以降は自主練習)	人工芝コート2面	
16	水	TOEIC試験	15:10−17:40(全体練習) (7:00〜8:50以前、17:40以降は自主練習)	〃	
17	木		16:30−18:30(自主練習) (7:00〜8:50以前、18:30以降は自主練習)	〃	
18	金		16:30−18:30(全体練習) (7:00〜8:50以前、18:30以降は自主練習)	〃	・長コーチ指導
19	土		8:00−12:30(全体練習) (以降は自主練習)	〃	・太田コーチ指導
20	日				
21	月		16:30−18:30(上級生中心練習) (7:00〜8:50以前、16:30以降は自主練習)	人工芝コート2面	
22	火		16:30−18:30(下級生中心練習) (7:00〜8:50以前、18:30以降は自主練習)	〃	
23	水		15:10−17:40(全体練習) (7:00〜8:50以前、17:40以降は自主練習)	〃	
24	木		16:30−18:30(自主練習) (7:00〜8:50以前、18:30以降は自主練習)	〃	
25	金		16:30−18:30(全体練習) (7:00〜8:50以前、18:30以降は自主練習)	〃	・長コーチ指導
26	土		8:00−12:30(全体練習) (以降は自主練習)	〃	・太田コーチ指導
27	日		対象者のみ　9:00-17:00 *8:20集合	各務原スポーツ広場	**・各務原市ｵｰﾌﾟﾝｼﾞｭﾆｱﾃﾆｽﾄｰﾅﾒﾝﾄ(各務原ｽﾎﾟｰﾂ広場) 3年以下のSランキング上位10名が参加**
28	月		16:30−18:30(上級生中心練習) (7:00〜8:50以前、16:30以降は自主練習)	人工芝コート2面	
29	火		16:30−18:30(下級生中心練習) (7:00〜8:50以前、18:30以降は自主練習)	〃	岐阜地区顧問会議(県岐阜商業高校)
30	水		15:10−17:40(全体練習) (7:00〜8:50以前、17:40以降は自主練習)	〃	
31	木		16:30−18:30(自主練習) (7:00〜8:50以前、18:30以降は自主練習)	〃	