

ラグビー同好会夏休み練習計画

月	日	曜	練習時間	月	日	曜	練習時間
7	9	金	12:15～	8	6	金	
	10	土	9:00～12:00		7	土	合同練習会 旭高校 9:00
	11	日	OFF		8	日	9:00～12:00
	12	月	12:15～14:30		9	月	
	13	火			10	火	9:00～12:00
	14	水	12:15～14:30		11	水	9:00～12:00
	15	木			12	木	合宿①
	16	金	12:15～14:30		13	金	②
	17	土	9:00～12:00		14	土	③
	18	日	練習 G 池田合同、刀根山		15	日	④
	19	月	OFF		16	月	⑤
	20	火	12:15～14:30		17	火	OFF
	21	水	OFF		18	水	OFF
	22	木	OFF		19	木	OFF
	23	金	OFF		20	金	9:00～12:00 永橋 T(抽選会)
	24	土	OFF		21	土	9:00～12:00 永橋 T
	25	日	OFF		22	日	
	26	月	9:00～12:00		23	月	9:00～12:00 永橋 T
	27	火	9:00～12:00		24	火	13:30～15:30
	28	水			25	水	
	29	木	9:00～12:00		26	木	13:30～15:30 永橋 T
	30	金	9:00～12:00		27	金	13:30～15:30
	31	土	9:00～12:00		28	土	OFF
8	1	日			29	日	9:00～12:00(OB会 or 試合)
	2	月	9:00～12:00 永橋 T		30	月	始業の会・大掃除終了後
	3	火			31	火	OFF
	4	水	9:00～12:00	9	1	水	別途
	5	木	9:00～12:00				

* 9月の試合に向けて練習するので、休まないようにすること。(遅刻をしないこと)

* 時間を守って短い時間で集中して練習ができるようにすること。

* 暑いけれども、我慢をして練習し、技術を習得してほしい。