

波野中学校卓球部 練習計画 冬休み

日	曜	学校行事	練習・試合等	高木	久恒	蕨野	赤星
23	土		休み				
24	日		休み				
25	月		午前練習(9:00~12:00)	×	×	○	○
26	火		午前練習(9:00~12:00)	×	×	○	○
27	水		午前練習(9:00~12:00)	○	×	×	×
28	木	仕事納め	午前練習(9:00~12:00)大掃除	○	○	×	○
29	金		休み				
30	土						
31	日						
1	月						
2	火						
3	水						
4	木						
5	金	仕事始め	午前練習(9:00~12:00)	○	×	×	○
6	土		午前練習(9:00~12:00)	△	×	×	×
7	日		休み				
8	月	成人の日	休み				
9	火	始業式	休み				

○休みの日が多いので、休みのうちに冬休みの課題を進め、自主練習(筋トレ、素振り、ボール扱いなど)を行うこと。合わせて家の手伝いも積極的に行うこと。

○練習を休むときには保護者の方から顧問へ連絡をお願いします。