

2026 年

1月

新体操部女子

活動予定表

日	曜	学校行事予定等	活動予定	備考（活動場所など）
1	木		×	
2	金		×	
3	土		×	
4	日		×	
5	月		12:30~15:30	
6	火		9:00~12:00	
7	水	始業式	休	
8	木	実力テスト 給食後下校	休	
9	金	実力テスト 給食後下校	休	
10	土		×	
11	日		×	
12	月		×	
13	火		○	
14	水		○	
15	木	45分授業 委員会	×	
16	金	45分授業	○	
17	土		×	
18	日		×	
19	月		×	
20	火		○	
21	水	私学一般入試	○	
22	木	入学説明会 私学一般入試	○	
23	金	私学一般入試	休	
24	土		×	
25	日		×	
26	月		×	
27	火		○	
28	水		○	
29	木		○	
30	金		休	
31	土		×	

※活動予定は変更になる場合があります。変更の場合、部活ごとに連絡があります。

☆久しぶりに平日の午後部があります。今までより時間は短いですが、その分早めに準備をして、効率的に練習を行っていきましょう。

☆学校から出場する大会は夏の郡大会までありませんが、それまでにどうなっていたいか、何月ごろまでに何をやらなければいけないかなどを考えて練習を計画していきましょう。

☆寒い時期なので、活動前に体を温めたり、自主トレとしてランニングをしたりするなど、けがを防止しつつ、強い体をつくっていきましょう。

平日練習日 11日

休日練習日 0日

大会参加日 0日

最終下校 16:45