

# 熊谷市立別府中学校 男子卓球部 練習計画

## 令和3年度 夏季休業 練習予定表

日付	曜	行事/予定	場所	内容	備考(朝練/試合等)
7月 21日	水	夏季休業日~8/30	1F	基礎練習等【7:30~10:00】	
22日	木	海の日	1F	基礎練習等【7:30~10:00】	
23日	金	スポーツの日	1F	基礎練習等【7:30~10:00】	
24日	土		1F	基礎練習等【7:30~10:00】	
25日	日			休	
26日	月		2F	基礎練習等【7:30~10:00】	
27日	火		2F	基礎練習等【7:30~10:00】	
28日	水			休	
29日	木		2F	基礎練習等【7:30~10:00】	
30日	金		2F	基礎練習等【7:30~10:00】	
31日	土			休	
8月 1日	日	熊谷市卓球講習会	熊谷市民体育館	講習会合同練習(13:20~17:00)	移動：電車 龍原駅集合 12:00
2日	月		1F	基礎練習等【7:30~10:00】	
3日	火		1F	基礎練習等【7:30~10:00】	
4日	水	全日本卓球選手権大会埼玉県予選 中学2年生の部	上尾運動公園体育館	大会出場 予定については別紙にて連絡	大会参加者以外は休み
5日	木	全日本卓球選手権大会埼玉県予選 中学1年生の部	上尾運動公園体育館	大会出場 予定については別紙にて連絡	大会参加者以外は 7:30~10:00 学校で練習
6日	金			休	
7日	土	対大幡中学校練習試合	大幡中学校	練習試合(8:30~12:00) 《集合8:10 大幡中》	保護者の方の送迎を お願いいたします
8日	日		1F	基礎練習等【7:00~10:00】	
9日	月			休	
10日	火		2F	基礎練習等【7:30~10:00】	
11日	水				
12日	木				
13日	金				
14日	土				
15日	日				
16日	月				
17日	火				
18日	水			休	
19日	木		1F	基礎練習等【7:30~10:00】	
20日	金		1F	基礎練習等【7:30~10:00】	
21日	土	対美里中学校練習試合	美里中学校	練習試合(8:30~12:00) 《集合8:10 美里中》	保護者の方の送迎を お願いいたします。
22日	日		1F	基礎練習等【7:30~9:00】	
23日	月	北部地区大会(団体戦)	深谷 ビックタートル	大会出場 予定については別紙にて連絡	日程が未定です。 詳細が通知され次第 ご連絡いたします。
24日	火	北部地区大会(個人戦)	深谷 ビックタートル	大会出場 予定については別紙にて連絡	
25日	水			休	
26日	木		2F	基礎練習等【7:30~10:00】	
27日	金		2F	基礎練習等【7:30~10:00】	
28日	土		2F	自主課題練習【7:30~9:00】	
29日	日	対三尻中学校練習試合	三尻中学校	練習試合(8:00~12:00)	移動：自転車 学校集合 7:20
30日	月	夏季休業最終日		休	
31日	火	全校朝会 B日課 4時間授業		休	

長期休暇中に夏休みの宿題や自由研究などは早めに済ませ、「自分のやりたいこと」ができる時間を確保しましょう。

この夏を過ぎて、皆さんが一段階成長できるように「受け身」の姿勢ではなく「やってみなくちゃ、わからない!」という挑戦の姿勢でワクワクできる休みを過ごしてください。

長期休暇  
夏休みの宿題や家事を行いましょ  
う。  
家での自主トレーニング等も  
欠かさず行いましょう。