

茨城県立潮来高等学校 ボート部 練習計画

目 標

- ◎ レースに対応できる「心」をつくる
- ◎ 力強いドライブを生む全身の筋肉をつくる
- ◎ 戻りのないキャッチを心がけ艇を動かす感覚を身につける

日付	曜	予定	大会等	行事
7月1日	(金)	○		生徒指導集会
7月2日	(土)	A		漢字検定
7月3日	(日)	B		全商ビジネス文書実務検定
7月4日	(月)	○		
7月5日	(火)	○		
7月6日	(水)	○		面接ガイドンス(2年) 志望理由書・履歴書ガイドンス(3年)
7月7日	(木)	○		
7月8日	(金)	自主練	関東ブロック予選 @東京都海の森ボートコース	
7月9日	(土)	自主練		創立記念日
7月10日	(日)	自主練		
7月11日	(月)	off		職員会議
7月12日	(火)	○		
7月13日	(水)	○		保護者面談
7月14日	(木)	○		保護者面談
7月15日	(金)	○		保護者面談
7月16日	(土)	A		
7月17日	(日)	B		
7月18日	(月)	off		海の日
7月19日	(火)	○		保護者面談
7月20日	(水)	○		終業式 保護者面談
7月21日	(木)	B		学校説明会
7月22日	(金)	B		学校説明会
7月23日	(土)	A		
7月24日	(日)	B		
7月25日	(月)	off		
7月26日	(火)	B		
7月27日	(水)	B		
7月28日	(木)	B		
7月29日	(金)	B		
7月30日	(土)	B		
7月31日	(日)	B		

練習予定

※天候等によって変更有

A 午前8時30分(もしくは8時、9時)～11時頃 午後1時30分～4時頃

B 午前8時30分(もしくは8時、9時)～12時頃

C 午後2時～5時