

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校野球 部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4

1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
				～		
1	土	1	13:00	～	14:00	60
2	日	4				
3	月	1	13:00	～	14:00	60
4	火	4				
5	水	1	17:00	～	18:30	90
6	木	1	16:30	～	18:30	120
7	金	1	17:00	～	18:30	90
8	土	3	8:00	～	16:00	480
9	日	2	8:00	～	16:00	480
10	月	4				
11	火	1	17:00	～	18:30	90
12	水	1	17:00	～	18:30	90
13	木	1	16:30	～	18:30	120
14	金	1	17:00	～	18:30	90
15	土	3	7:00	～	15:00	480
16	日	1	9:00	～	13:00	240
17	月	1	9:00	～	13:00	240
18	火	3				
19	水	1	17:00	～	18:30	90
20	木	3				
21	金	1	17:00	～	18:30	90
22	土	3				
23	日	1	9:00	～	13:00	240
24	月	3				
25	火	1	14:00	～	18:00	240
26	水	3				
27	木	4				
28	金	2	8:00	～	16:00	240
29	土	2	8:00	～	16:00	240
30	日	4				
31	月	1	9:00	～	13:00	240

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校サッカー 部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4

1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土					
2	日					
3	月					
4	火					
5	水					
6	木					
7	金					
8	土					
9	日					
10	月					
11	火					
12	水					
13	木					
14	金					
15	土					
16	日					
17	月					
18	火					
19	水					
20	木					
21	金					
22	土					
23	日					
24	月					
25	火					
26	水					
27	木					
28	金					
29	土					
30	日					
31	月					

2023(令和5)年度活動予定 7月
【高校陸上 部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4
1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土	4				
2	日	4				
3	月	4				
4	火	1	16		18	120
5	水	4				
6	木	1	16		18	120
7	金	1	16		18	120
8	土	4				
9	日	4				
10	月	1	16		18	120
11	火	1	16		18	120
12	水	4				
13	木	1	16		18	120
14	金	1	16		18	120
15	土	1	13		17	240
16	日	4				
17	月	3	8		17	540
18	火	3	8		17	540
19	水	1	13		17	180
20	木	1	13		17	180
21	金	1	16		18	120
22	土	4				
23	日	4				
24	月	1	9		12	180
25	火	1	9		12	180
26	水	4				
27	木	1	9		12	180
28	金	1	9		12	180
29	土	4				
30	日	4				
31	月	1	9		12	180

2023(令和5)年度活動予定 7月
 【高校バスケ(男子) 部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4
 1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土					
2	日					
3	月					
4	火					
5	水					
6	木					
7	金					
8	土					
9	日					
10	月					
11	火					
12	水					
13	木					
14	金					
15	土					
16	日					
17	月					
18	火					
19	水					
20	木					
21	金					
22	土					
23	日					
24	月					
25	火					
26	水					
27	木					
28	金					
29	土					
30	日					
31	月					

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校バスケ(女子) 部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4

1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土	4				
2	日	4				
3	月	4				
4	火	4				
5	水	4				
6	木	1	16:00	～	18:30	150
7	金	1	17:00	～	18:30	90
8	土	4				
9	日	4				
10	月	4				
11	火	4				
12	水	4				
13	木	1	16:00	～	18:30	150
14	金	1	17:00	～	18:30	90
15	土	1	14:00	～	17:00	180
16	日	4				
17	月	4				
18	火	4				
19	水	1	13:00	～	16:00	180
20	木	1	13:00	～	16:00	180
21	金	1	16:00	～	18:30	150
22	土	1	9:00	～	12:00	180
23	日	4				
24	月	4				
25	火	1	9:00	～	12:00	180
26	水	1	13:00	～	16:00	180
27	木	1	9:00	～	12:00	180
28	金	4				
29	土	1	9:00	～	12:00	180
30	日	1	10:00	～	13:00	180
31	月	4				

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校バレー 部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4

1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土	4				
2	日	4				
3	月	4				
4	火	1	17:00		18:30	90
5	水	1	17:00		18:30	90
6	木	1	16:00		18:30	150
7	金	1	17:00		18:30	90
8	土	1	9:00		12:30	210
9	日	1	9:00		12:30	210
10	月	1	17:00		18:30	90
11	火	1	17:00		18:30	90
12	水	4				
13	木	1	16:00		18:30	150
14	金	1	17:00		18:30	90
15	土	1	14:00		17:00	180
16	日	3				
17	月	4				
18	火	1	13:00		16:00	180
19	水	4				
20	木	1	13:00		16:00	180
21	金	1	16:00		18:30	150
22	土	1	9:00		12:30	210
23	日	4				
24	月	1	9:00		12:30	210
25	火	1	9:00		12:30	210
26	水	1	9:00		12:30	210
27	木	1	9:00		12:30	210
28	金	1	9:00		12:30	210
29	土	2	9:00		12:30	210
30	日	4				
31	月	1	9:00		12:30	210

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校卓球 部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4

1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土	4				
2	日	4				
3	月	4				
4	火	1	16:00	～	18:00	120
5	水	4				
6	木	1	16:00	～	18:00	120
7	金	1	16:00	～	17:15	75
8	土	3	8:00	～	17:00	540
9	日	4				
10	月	4				
11	火	1	16:00	～	18:00	120
12	水	4				
13	木	1	16:00	～	18:00	120
14	金	1	16:00	～	17:15	75
15	土	1	13:30	～	15:30	120
16	日	4				
17	月	3	9:00	～	17:00	480
18	火	1	12:30	～	14:00	90
19	水	4				
20	木	1	12:30	～	14:00	90
21	金	1	15:00	～	17:00	120
22	土	4				
23	日	4				
24	月	4				
25	火	1	15:00	～	17:00	120
26	水	4				
27	木	1	15:00	～	17:00	120
28	金	1	15:00	～	17:00	120
29	土	3	8:00	～	17:00	540
30	日	4				
31	月	4				

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校テニス 部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4

1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土	4		～		
2	日	4		～		
3	月	4		～		
4	火	1	17	～	18	60
5	水	1	17	～	18	60
6	木	1	16	～	18	120
7	金	1	16	～	18	120
8	土	1	13	～	16	180
9	日	4		～		
10	月	4		～		
11	火	1	17	～	18	60
12	水	1	17	～	18	60
13	木	1	16	～	18	120
14	金	1	16	～	18	120
15	土	1	14	～	16	120
16	日	4		～		
17	月	1	9	～	13	240
18	火	4		～		
19	水	1	13	～	15	120
20	木	1	13	～	15	120
21	金	1	15	～	18	180
22	土	4		～		
23	日	2	9	～	17	480
24	月	1	9	～	13	240
25	火	1	14	～	17	180
26	水	1	14	～	17	180
27	木	1	14	～	17	180
28	金	1	14	～	17	180
29	土	3	8	～	17	540
30	日	3	8	～	17	540
31	月	1	9	～	13	240

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校ソフトテニス(男子)部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4

1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土	1	13:00	～	15:00	120
2	日	4				
3	月	1	13:00	～	15:00	120
4	火	4				
5	水	1	16:40	～	18:30	110
6	木	1	16:00	～	18:30	150
7	金	4				
8	土	1	9:00	～	12:00	180
9	日	2	8:30	～	15:00	390
10	月	4				
11	火	4				
12	水	1	16:40	～	18:30	110
13	木	1	16:00	～	18:30	150
14	金	4				
15	土	4				
16	日	1	9:00	～	12:00	180
17	月	4				
18	火	4				
19	水	4				
20	木	4				
21	金	1	16:00	～	17:30	90
22	土	1	9:00	～	12:00	180
23	日	4				
24	月	4				
25	火	4				
26	水	1	9:00	～	12:00	180
27	木	1	9:00	～	12:00	180
28	金	4				
29	土	1	9:00	～	12:00	180
30	日	4				
31	月	1	13:00	～	14:30	90

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校ソフトテニス(女子)部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4

1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土					
2	日					
3	月					
4	火	1	16:30	~	18:00	90
5	水					
6	木					
7	金	1	16:00	~	18:00	90
8	土					
9	日	1	8:30	~	15:00	390
10	月	1	15:30	~	18:00	150
11	火	1	16:30	~	18:00	90
12	水					
13	木					
14	金	1	16:00	~	18:00	90
15	土					
16	日					
17	月					
18	火					
19	水					
20	木					
21	金					
22	土	1	13:00	~	16:00	180
23	日					
24	月	1	8:30	~	11:30	180
25	火	1	8:30	~	11:30	180
26	水					
27	木					
28	金	1	8:30	~	11:30	180
29	土					
30	日					
31	月					

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校バドミントン部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4

1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土	4		～		
2	日	4		～		
3	月	4		～		
4	火	1	16:50	～	18:30	
5	水	4		～		
6	木	1	15:50	～	18:30	
7	金	1	16:50	～	18:30	
8	土	1	13:00	～	17:00	
9	日	4		～		
10	月	1	15:50	～	18:30	
11	火	1	16:50	～	18:30	
12	水	4		～		
13	木	1	15:50	～	18:30	
14	金	1	16:50	～	18:30	
15	土	1	13:50	～	17:00	
16	日	4		～		
17	月	1	13:00	～	17:00	
18	火	1	12:40	～	16:00	
19	水	4		～		
20	木	1	12:40	～	16:00	
21	金	1	15:50	～	18:30	
22	土	2	9:00	～	13:00	
23	日	1	9:00	～	13:00	
24	月	1	13:00	～	17:00	
25	火	1	13:00	～	17:00	
26	水	4		～		
27	木	4		～		
28	金	4		～		
29	土	1	9:00	～	13:00	
30	日	1	13:00	～	17:00	
31	月	1	13:00	～	17:00	

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校剣道部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4
 1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土	1	12:10	～	13:10	60
2	日	4				
3	月	1	16:10	～	17:10	60
4	火	1	16:10	～	17:10	60
5	水	4				
6	木	1	16:10	～	17:40	90
7	金	4				
8	土	1	9:30	～	10:30	60
9	日	4				
10	月	1	16:10	～	17:40	90
11	火	4				
12	水	4				
13	木	1	16:10	～	17:40	90
14	金	4				
15	土	1	13:40	～	14:40	60
16	日	4				
17	月	1	9:30	～	11:30	120
18	火	4				
19	水	4				
20	木	1	13:00	～	15:00	120
21	金	4				
22	土	1	9:30	～	11:30	120
23	日	4				
24	月	1	16:00	～	17:30	90
25	火	4				
26	水	1	16:00	～	17:30	90
27	木	4				
28	金	1	16:00	～	17:30	90
29	土	4				
30	日	1	10:00	～	12:00	120
31	月	4				

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校弓道部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4

1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土					
2	日					
3	月					
4	火	1	1640	～	1850	130
5	水					
6	木	1	1600	～	1800	120
7	金	1	1640	～	1840	120
8	土	1	800	～	1000	120
9	日					
10	月					
11	火	1	1640	～	1850	130
12	水					
13	木	1	1600	～	1800	120
14	金	1	1640	～	1840	120
15	土	1	1340	～	1640	180
16	日					
17	月					
18	火					
19	水	1	1300	～	1500	120
20	木	1	1400	～	1700	180
21	金	1	1640	～	1840	120
22	土					
23	日					
24	月	1	1000	～	1200	120
25	火					
26	水	1	900	～	1200	180
27	木	1	800	～	1200	120
28	金	1	900	～	1200	180
29	土					
30	日					
31	月	1	800	～	1000	120

2023(令和5)年度活動予定 7月

【高校水泳部】

活動内容:練習→1 練習試合→2 大会→3 休養日→4

1～3の場合は開始・終了時間、活動時間を記入する。

日	曜日	活動内容	開始時間・終了時間			活動時間 (分)
1	土	4				
2	日	4				
3	月	4				
4	火	4				
5	水	4				
6	木	1	15:50	～	17:30	100
7	金	4				
8	土	1	10:30	～	12:00	90
9	日	1	10:30	～	12:00	90
10	月	1	15:50	～	17:30	100
11	火	4				
12	水	4				
13	木	1	15:50	～	17:30	100
14	金	4				
15	土	1	14:00	～	16:00	120
16	日	1	9:00	～	11:00	120
17	月	1	9:00	～	11:00	120
18	火	1	14:30	～	16:00	90
19	水	1	14:30	～	16:00	90
20	木	4				
21	金	4				
22	土	4				
23	日	4				
24	月	1	11:30	～	13:30	120
25	火	1	14:00	～	16:00	120
26	水	1	11:30	～	13:30	120
27	木	1	11:30	～	13:30	120
28	金	1	11:30	～	13:30	120
29	土	4				
30	日	1	10:00	～	12:00	120
31	月	1	11:30	～	13:30	120