

令和6年12月練習等予定表

國學院大學栃木高校 男子ハンドボール部

日	曜日	活動時間		場所	活動内容	備考
		午前	午後			
1	日				OFF	期末休み
2	月				OFF	期末休み
3	火				OFF	期末休み
4	水				OFF	期末休み
5	木		13:30~	トレーニング場	ウエイト	
6	金				練習	採点日
7	土		13:30~	外コート	練習	GTEC終了後
8	日	9:30~	13:30~	第1アリーナ	練習	
9	月		13:30~	第2アリーナ	練習	返却日
10	火				OFF	
11	水		15:30~	第1アリーナ	練習	
12	木		15:30~	トレーニング場	ウエイト	指導日
13	金		15:30~	外コート	練習	
14	土	9:30~		第1アリーナ	練習	
15	日				練習試合	県外
16	月				OFF	
17	火		15:30~	外コート	練習	
18	水	9:30~				
19	木		15:30~	第1アリーナ	練習	
20	金				試合	石橋体育センター
21	土				試合	マルワアリーナ
22	日				試合	マルワアリーナ
23	月				OFF	
24	火				県外合宿	
25	水					
26	木					
27	金					
28	土					
29	日					
30	月					
31	火				OFF	