

令和7年7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	火				OFF	期末テスト
2	水				OFF	期末テスト
3	木		13:00~16:00	トレーニング室	ウエイト	
4	金		13:30-16:00	第1アリーナ		
5	土		13:35~15:30	トレーニング室	ウエイト	
6	日	9:30~12:00	13:30~16:00	第1アリーナ		
7	月		15:40~18:30	第2アリーナ		評価日
8	火				OFF	2年芸術鑑賞
9	水		15:40~18:30	第1アリーナ		模試
10	木		15:40~18:30	トレーニング室	ウエイト	外部指導日
11	金		15:40~18:30	外コート		
12	土				練習試合	県外遠征
13	日	9:30~12:00	13:30~16:00	第1アリーナ		
14	月		15:40~18:30	第2アリーナ		
15	火				OFF	
16	水		13:00~16:00	第1アリーナ		成績判定会議
17	木	10:00~12:00	13:30~16:00	第1アリーナ (PM)	ウエイト (AM)	三者面談
18	金				OFF	終業式
19	土	10:00~12:00	13:30~16:00	第1アリーナ (PM)	ウエイト (AM)	三者面談
20	日	9:30~12:00	13:30~16:00	第1アリーナ		
21	月	9:30~11:30	13:00~15:00	第1アリーナ		
22	火				OFF	
23	水	9:30~12:00	13:30~16:00	第1アリーナ		
24	木	10:00~12:00	13:30~16:00	第1アリーナ		
25	金	9:30~11:30	13:00~15:00	第1アリーナ		
26	土		13:30~16:00	第1アリーナ		Come on in
27	日				OFF	
28	月	10:00~12:00	13:30~15:30	第1アリーナ (PM)	ウエイト (AM)	
29	火	10:00~12:30	13:30~15:30	第1アリーナ		
30	水	10:00~12:30	13:30~15:30	第1アリーナ		
31	木	10:00~12:30	13:30~15:30	第1アリーナ		