

多賀城高校ラグビー部 新年1月 練習計画

日曜	学校行事など	練習	備考
1金	元旦 冬期休業	<自主トレ>	
2土	〃	<自主トレ>	
3日	〃	<自主トレ>	
4月	〃 冬季課外③	練習9時～	
5火	〃 冬季課外③	練習9時～	
6水	〃 冬季課外③	練習9時～	
7木	〃 冬季課外③	<オフ>	
8金	全校集会	練習4時～	
9土	土ゼミ 公務員模試②希	練習9時～	
10日		練習9時～	
11月	成人の日	練習9時～	
12火		新人戦 1回戦	石巻フットボールフィールド第二
13水		新人戦 1回戦	石巻フットボールフィールド第二
14木		練習5時～	
15金	ベネッセ総合学力テスト②	練習4時～	
16土	大学入学共通テストベネッセ総合学力テスト①②	新人戦 2回戦	石巻フットボールフィールド第二
17日	大学入学共通テスト	練習9時～（ミーティング・修正練習）	
18月	共通テスト試験自己採点	練習4時～	
19火		新人戦 決勝トーナメント 準決勝	石巻フットボールフィールド第二
20水	職員会議	練習4時～	
21木		練習5時～	
22金	国公立大学出願検討会	練習4時～	
23土	土ゼミ	新人戦 決勝・3決	石巻フットボールフィールド第二
24日		<オフ>	
25月		練習4時～	
26火		練習5時～	
27水	職員会議	練習4時～	
28木	合格者講話（推薦・AO）①②	午後5時～	
29金	教員研修会	練習4時～	
30土		練習9時～	
31日		練習9時～	

基礎体力強化月間

土曜日・日曜日は練習試合や合同練習のため変更になる場合あり