

# 3月 練習計画表

日	月	火	水	木	金	土
1 オフ →	2 13:00~16:00	3 自主練 13:00~16:00	4 13:00~16:00	5	6 ← 合宿 in 人吉	7
8 → 合宿	9	10 9:00~12:00	11 9:00~12:00	12	13 13:00~16:00	14 練習試合 @スカイドーム vs.福大 13:00~17:00
15	16 17:00~20:00	17	18 13:00~16:00	19	20 13:00~16:00	21 OB戦・OB会
22	23 13:00~16:00 追いコン	24	25 13:00~16:00 卒業式	26 9:00~12:00	27 9:00~12:00	28 13:00~16:00
29	30 17:00~20:00	31 17:00~20:00				

今年も強化練の時期がやってまいりました！＼(^o^)/

3月は練習も行事も盛りだくさんで体力的にもきついかもしいですが、気を引き締めていきましょう！大会が近いので、ケガにはくれぐれも気をつけてください(´×ω×)

練習中に体に違和感を感じたら各々で休めたりしてケアをしっかりするようにしてください。

表の昼練(13:00~16:00)のところは 17:00 まで体育館をとってあるので、練習後自主練をする人はつかってください。それから、もしかしたら3月末の平日か4月の頭に練習試合を組みたいのですが、まだ未定なので決まり次第すぐにお知らせします…m(\_ \_)m

4/4 入部式(飲み会?)

4/11・12 九山 in 久留米