

部活動練習予定（6/1～6/14）

（ 女子バスケットボール ） 部

【各部共通事項】

- ・ 2週間は基礎練習を中心とした活動とする。
- ・ 2週間は朝の練習は停止する。
- ・ 練習時間は徐々に増やしていく。
- ・ 6月中の対外試合は停止する。
- ・ 次のような運動は行わない。

生徒が密集する運動

近距離で組み合ったり接触したりする場面が多い運動

1 練習内容（外も同じ）

- ・ 準備運動
- ・ ランニング
- ・ ボールハンドリング
- ・ シューティング

2 練習終了時刻（練習時間）

月	火	水	木	金	土	日
6/1	6/2	6/3	6/4	6/5	6/6	6/7
17:30	17:30	OFF	17:30	17:30	2h	OFF
6/8	6/9	6/10	6/11	6/12	6/13	6/14
17:30	17:30	OFF	17:30	17:30	2h	OFF

3 その他

- ・ 体育館フロアに入る前に、手洗いを済ませる。
- ・ 自分の物以外触らない。
- ・ 部室には必要な時以外入らない。
- ・ 体育館出入口、フロア出入口、部室、ボールかごなど、手の触れる箇所の除菌

