

11月 剣道部活動予定

部活動終了 16:15 完全下校 16:30

日	曜日	行事など	前	中	後	活動内容など	自主練
1	日		①②	③④	⑤⑥	11:00～ 体育館	
2	月		③④			体育館	
3	火	文化の日	⑦①	②③	④⑤	14:00～ 体育館	
4	水		⑥⑦			外(剣道形・基本技稽古法)	
5	木		①②			外(剣道形・基本技稽古法)	
6	金		③④			体育館	
7	土	駅伝県大会	⑥⑦	①②	③④	14:00～ 体育館	
8	日		⑤⑥	⑦①	②③	未定	
9	月						
10	火	西中T	⑥⑦			外(剣道形・基本技稽古法)	
11	水		①②			外(剣道形・基本技稽古法)	
12	木		③④			体育館	
13	金		⑥⑦			外(剣道形・基本技稽古法)	
14	土	県民の日				1級審査会(上尾市民体育館)	
15	日		④⑤	⑥⑦	①②	8:00～ 体育館	
16	月						
17	火	西中T	①②			外	
18	水		③④			体育館	
19	木		⑥⑦			外	
20	金		①②			外	
21	土		③④	⑤⑥	⑦①	8:00～ 体育館	
22	日		②③	④⑤	⑥⑦	11:00～ 体育館	
23	月	勤労感謝の日	①②	③④	⑤⑥	11:00～ 体育館	
24	火					↑ 期末テスト前部活動停止	
25	水						
26	木	各種委員会・中央委員会				期末テスト 12月1日(火)・2日(水)	
27	金						
28	土						
29	日						
30	月						

①男子バスケ ②女子バスケ ③バレー ④剣道 ⑤卓球 ⑥男子バド ⑦女子バド

14日(土) 1級審査会 男子受付12:00～12:30 審査開始13:00
 剣道具 木刀 上尾剣道連盟入会金6,000円(合格者)

- ・審査会合格を目指して頑張ろう!
- ・時間を大切に有効に使おう!
- ・自分の剣道を見直し、レベルアップを目指そう!
- ・腹筋・背筋・腕立て伏せ運動で筋力アップを目指そう!
- ・大きな目標を持って、寒い冬も気魄で乗り越えていこう!