

青翔開智中学校 バドミントン部年間活動計画

| | |
|------|--|
| 部員数 | 7名 (女子：7名) |
| 顧問氏名 | 吉岡 翼 山根 浩一郎 |
| 活動日 | 月・火・木・金・土 |
| 休養日 | 水・日 |
| 活動時間 | (平日) 月、金・・・16:15-17:50 火、木・・・16:15-17:15 |
| | (休日) 土・・・9:00-12:00 |
| 活動場所 | 青翔開智中学校高等学校 体育館 |

| | |
|------|---------|
| 活動目標 | 県大会上位進出 |
|------|---------|

| 月 | 公式戦等 | その他 (練習試合、合宿等) | 練習内容 |
|-----|-------------|----------------|-------------------------------|
| 4月 | | | 基礎練習、ゲーム練習 |
| 5月 | | | 基礎練習、ゲーム練習 |
| 6月 | 中学総体東部地区予選会 | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |
| 7月 | 鳥取県中学総体 | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |
| 8月 | 中学新人戦東部地区予選 | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |
| 9月 | 中学東部地区秋季大会 | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |
| 10月 | | | 基礎練習、ゲーム練習 |
| 11月 | | | 基礎練習、ゲーム練習 |
| 12月 | | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック |
| 1月 | | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック |
| 2月 | 東部地区中学生大会 | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |
| 3月 | | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |

| | |
|----|----------------------|
| 備考 | お盆、年末年始にはオフシーズンを設ける。 |
|----|----------------------|

青翔開智高等学校 バドミントン部年間活動計画

| | |
|------|--|
| 部員数 | 7名 (女子：7名) |
| 顧問氏名 | 吉岡 翼 山根 浩一郎 |
| 活動日 | 月・火・木・金・土 |
| 休養日 | 水・日 |
| 活動時間 | (平日) 月、金・・・16:15-17:50 火、木・・・16:15-17:15 |
| | (休日) 土・・・9:00-12:00 |
| 活動場所 | 青翔開智中学校高等学校 体育館 |

| | |
|------|---------|
| 活動目標 | 県大会上位進出 |
|------|---------|

| 月 | 公式戦等 | その他 (練習試合、合宿等) | 練習内容 |
|-----|--------------|----------------|-------------------------------|
| 4月 | 高校総体東部地区予選会 | | 基礎練習、ゲーム練習 |
| 5月 | 鳥取県高校総体(延期) | | 基礎練習、ゲーム練習 |
| 6月 | 鳥取県高校総体 | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |
| 7月 | | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |
| 8月 | | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |
| 9月 | | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |
| 10月 | 高校新人戦東部予選会 | | 基礎練習、ゲーム練習 |
| 11月 | 鳥取県高校新人選手権大会 | | 基礎練習、ゲーム練習 |
| 12月 | | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック |
| 1月 | 東部高校1・2年生大会 | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック |
| 2月 | | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |
| 3月 | | | サーキットトレーニング、フットワーク、ノック、パターン練習 |

| | |
|----|----------------------|
| 備考 | お盆、年末年始にはオフシーズンを設ける。 |
|----|----------------------|