

# HIBIYA H.S RFC 活動計画 2017 1年生ようこそラグビー部へ

## ウェイト&7人制頑張ろう！！

	日	曜	学校行事	練習計画	場所	時間
4月	28	金	遠足	オフ		
	29	土		オフ		
	30	日		グラウンド(青山来校)	日比谷	8:00~11:00
5月	1	月		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	2	火	水曜授業	グラウンド	M 日比谷	15:30~17:00
	3	水		グラウンド	府中市市民G	15:30~18:00
	4	木	アシックスカップ都予選	セブンズ一次リーグvs東、足立	府中市市民G	11:30集合
	5	金	春季大会ベスト8	オフ		
	6	土		オフ		
	7	日		グラウンド	日比谷	13:00~16:30
	8	月		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	9	火		オフ	M	
	10	水		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	11	木	選手名鑑撮影	グラウンド	M 日比谷	15:30~17:30
	12	金		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	13	土		オフ		
	14	日		グラウンド	日比谷	8:30~12:00
	15	月	準備	ウェイト	日比谷	15:30~17:30
	16	火	体育大会	オフ	M	
	17	水		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	18	木		グラウンド	M 日比谷	15:30~17:30
	19	金		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	20	土	校内模試②③	オフ		
	21	日	JRFU研修(宮崎不在)	グラウンド	日比谷	8:30~12:00
22	月	↓	グラウンド	日比谷	15:30~17:30	
23	火		オフ	M		
24	水		グラウンド	日比谷	15:30~17:30	
25	木		グラウンド	M 日比谷	15:30~17:30	
26	金		グラウンド	日比谷	15:30~17:30	
27	土	Super Rugby観戦	SUNWOLVES vs CHEETAHS	秩父宮	14:15KO	
28	日	ラグビー部保護者会	グラウンド		8:30~12:00	
29	月	前期中間1週前	学習期間			
30	火					
31	水					

	日	曜	学校行事	練習計画	場所	時間
6月	1	木				
	2	金				
	3	土	関東大会			
	4	日	関東大会			
	5	月	前期中間考査			
	6	火				
	7	水				
	8	木	↓	グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	9	金	宿泊体験活動①	グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	10	土		オフ		
	11	日	アシックスカップ都予選	セブンズ2次リーグ	未定	未定
	12	月		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	13	火			M	
	14	水		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	15	木		グラウンド	M 日比谷	15:30~17:30
	16	金		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	17	土		オフ		
	18	日		グラウンド	日比谷	未定
	19	月		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	20	火		オフ	M	
	21	水		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	22	木		グラウンド	M 日比谷	15:30~17:30
	23	金	合唱祭	オフ	日比谷	15:30~17:30
	24	土	関東ユーストレセン(宮崎不在)	オフ		
	25	日	↓	グラウンド	日比谷	未定
	26	月		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	27	火		オフ	M	
	28	水		グラウンド	日比谷	15:30~17:30
	29	木		グラウンド	M 日比谷	15:30~17:30
	30	金		グラウンド	日比谷	15:30~17:30

◇セブンズ一次リーグ突破の場合は考査中活動します。

◇木曜日の青山の遠征や日曜日に遠征が入る場合があります。

主な活動日:月・水・木・金・日(平日:15:30~17:30、休日:午前、午後、全日) 朝練:火・木(7:30~8:10)

主な休養日:火・土(公式戦前や行事等で変わる場合もありますが、原則火・土はオフです)