

令和7年度 伊集院北中陸上競技部 8月練習計画表

日	曜日	場所	時 間	備 考
1	金	レスト	出校日	
2	土	陸上競技場	8:30～	駅伝部は希望者のみ
3	日	レスト		
4	月	レスト		
5	火	学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
6	水	レスト		(陸部は5日宿題チェック)
7	木	学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
8	金	学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
9	土	レスト	九州大会参加者のみ	九州大会
10	日	レスト		
11	月	大会	参加者のみ	第4回記録会(薩摩川内)
12	火	レスト		学校閉庁日
13	水	レスト		学校閉庁日
14	木	レスト		学校閉庁日
15	金	レスト		学校閉庁日
16	土	レスト		
17	日	レスト		
18	月	学校	8:30～	
19	火	学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
20	水	レスト		
21	木	レスト	出校日	
22	金	学校	8:30～	陸上部 宿題チェック
23	土	陸上競技場	8:30～	駅伝部は希望者のみ
24	日	学校	9:00～	
25	月	レスト	夏休みの課題を終わらせましょう。 9月から、また一緒に頑張ろう! 9月は応援団もあるので、計画的に練習に参加しましょう。	
26	火	レスト		
27	水	レスト		
28	木	レスト		
29	金	レスト		
30	土	レスト	大会参加者のみ	U16/U18県予選大会
31	日	レスト	大会参加者のみ	U16/U18県予選大会

※練習日・休みが変更になることもあります。

※練習に参加できない場合、連絡をください。

※駅伝の参加者は、雨天時は、休みとします。(各自で判断してください)

※部活動やクラブチームに所属している人は、所属チーム優先で参加してください。

女子バレーボール部 夏休み 練習計画

※ 予定は変更になることがあります。シューズ等、道具はいつも準備しておきましょう。

月日	曜日	場所・時間	備考	その他
7月17日	木	外練習 (16:30~17:30)		
7月18日	金	体育館 (~14:45)	※弁当準備、終業式、大掃除、職員会議	
7月19日	土	③ (14:00~17:00)	夏休みスタート!!	
7月20日	日	休み		
7月21日	月	休み		
7月22日	火	③ (14:00~17:00)		
7月23日	水	① (8:00~11:00)		
7月24日	木	① (8:00~11:00)		
7月25日	金	① (8:00~11:00)		
7月26日	土	休み		
7月27日	日	休み		
7月28日	月	③ (14:00~17:00)	第2回小中一貫教育研修会 (午前)	
7月29日	火	① (8:00~11:00)		
7月30日	水	② (11:00~14:00)		
7月31日	木	休み		
8月1日	金	☆ (10:45~??)	出校日	
8月2日	土	① (8:00~11:00)		
8月3日	日	日置地区合同練習会	吹上浜運動公園体育館	
8月4日	月	休み		
8月5日	火	① (8:00~11:00)		
8月6日	水	② (11:00~14:00)		
8月7日	木	③ (14:00~17:00)		
8月8日	金	① (8:00~11:00)		
8月9日	土	② (11:00~14:00)		
8月10日	日	③ (14:00~17:00)	山の日	
8月11日	月	休み	振替休日	
8月12日	火	休み		
8月13日	水	休み	学校開庁日	
8月14日	木	休み	学校開庁日	
8月15日	金	休み	学校開庁日	
8月16日	土	休み		
8月17日	日	休み		
8月18日	月	① (8:00~11:00)		
8月19日	火	② (11:00~14:00)		
8月20日	水	休み		
8月21日	木	☆ (10:45~??)	出校日	
8月22日	金	② (11:00~14:00)		
8月23日	土	③ (14:00~17:00)		
8月24日	日	休み		
8月25日	月	宮之城合宿	※詳細は後日案内	
8月26日	火	宮之城合宿	※詳細は後日案内	
8月27日	水	宮之城合宿	※詳細は後日案内	
8月28日	木	① (8:00~11:00)		
8月29日	金	② (11:00~14:00)		
8月30日	土	休み		
8月31日	日	休み		
9月1日	月	☆ (~14:45)	※弁当準備、始業式、職員会議	

8/3...日置地区合同練習会
8/25~8/27...宮之城合宿

女子バスケットボール部 活動計画 (案)

2025 年 8 月

SB 平日 18:30
土曜日 11:30

2025/8/1

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	1	2
休 み	休 み	休 み	8:00~11:00	11:00~14:00	出校日 休 み	休 み
3	4	5	6	7	8	9
休 み	11:00~14:00	休 み	8:00~11:00	11:00~14:00	休 み	休 み
10	11	12	13	14	15	16
休 み	リフレッシュウィーク (部活動停止) ~17日(日)					
17	18	19	20	21	22	23
休 み	休 み	8:00~11:00	11:00~14:00	出校日 休 み	休 み	休 み
24	25	26	27	28	29	30
休 み	休 み	8:00~11:00	11:00~14:00	休 み	8:00~11:00	休 み

2025 年 9 月

SB 平日 18:30
土曜日 11:30

2025/9/1

日	月	火	水	木	金	土
8/31	1	2	3	4	5	6
日置カップ inあいハウジング アリーナ松元	始業式 休 み	入り口側 ~18:30	休 み	外 ~18:30	入り口側 ~18:30	8:00~11:00
7	8	9	10	11	12	13
休 み	外 ~18:30	入り口側 ~18:30	休 み	入り口側 ~18:30	外 ~18:30	休 み
14	15	16	17	18	19	20
8:00~11:00	敬老の日 休 み	外 ~18:00	休 み	ステージ側 ~18:00	入り口側 ~18:00	11:00~14:00
21	22	23	24	25	26	27
休 み	入り口側 ~18:00	敬老の日 休 み	休 み	外 ~18:00	入り口側 ~18:00	休 み
28	29	30	1	2	3	4
体育大会 休 み	振替休日 休 み	入り口側 ~18:00	休 み	入り口側 ~18:00	外 ~18:00	11:00~14:00

あくまでも予定です。変更になることもあります。
夏休み期間中は顧問・副顧問が研修等で不在のため変更(休み)になっている日もあります。
登校中の熱中症の心配もあるため必ず欠席連絡をしてください。
8月31日(日)日置カップinあいハウジングアリーナ松元が決定しました。

令和7年度 伊集院北中男子バスケット部 7～9月練習計画表 7/17時点

★ 朝練は、7時20分校門開場、体育館7:30～7:45終了 ※予定は変更する場合があります。

	日	曜日	朝練	場所	時間	備考
※	18	金	○	体育館	12:45～14:45	終業式、昼食持参
	19	土		体育館	①8:00～11:00	
	20	日				
※	21	月		体育館	③14:00～17:00	海の日
※	22	火		体育館	①8:00～11:00	↓県総体
	23	水		西原商会アリーナ	北中集合6:40	日置市のバスにて出発
	24	木		サンアリーナせんだい	北中集合9:50	日置市のバス、負ければTO研修、保護者送迎
	25	金		サンアリーナせんだい	24日に連絡	日置市のバス、負ければなし
	26	土				
※	27	日		体育館	8:00～12:00	卒部式
	28	月				小中一貫教育研修
	29	火		体育館	②11:00～14:00	
	30	水		体育館	③14:00～17:00	学習会(12:30～13:30)
	31	木		体育館	①8:00～11:00	
	8/1	金				出校日
	2	土		体育館	②11:00～14:00	
	3	日				
	4	月		体育館	①8:00～11:00	
	5	火		体育館	②11:00～14:00	学習会(9:30～10:30)おにぎり持参
	6	水				
	7	木		体育館	①8:00～11:00	
	8	金		体育館	②11:00～14:00	学習会(9:30～10:30)おにぎり持参
	9	土		体育館	①8:00～11:00	
	10	日				10日～20日 お盆休み ※宿題を終わらせること、そして1日、1時間程度のランニングをしておくこと
	11	月				
	12	火				
	13	水				
	14	木				
	15	金				
	16	土				
	17	日				
	18	月				
	19	火				
	20	水				
	21	木		体育館	10:45～12:15	出校日、妙円寺詣り暗唱大会 (妙円寺地区公民館13:30～16:00)
	22	金		西原商会アリーナ	鹿児島全中 ※詳細は後日	
	23	土				
	24	日				
	25	月				
	26	火		体育館	②11:00～14:00	学習会(9:30～10:30)おにぎり持参
	27	水		体育館	①8:00～11:00	学習会(9:30～10:30)おにぎり持参
	28	木		体育館	②11:00～14:00	
	29	金				職員会議
	30	土		体育館	①8:00～11:00	
	31	日		あいアウジング アリーナ松元	北中に7:30集合～ 17:00	日置カップ(ユニフォーム、弁当、水筒持参)
A 月 木 金	9/1	月				始業式
	2	火	○	外	放課後	
	3	水				
	4	木	○	体育館	放課後	
	5	金	○	体育館	放課後	
	6	土		体育館	③14:00～17:00	
B 月 火 金	7	日				
	8	月	○	体育館	放課後	5時間授業、職員研修
	9	火	○	体育館	放課後	
	10	水				
	11	木	○	外	放課後	日置市巡り
	12	金	○	体育館	放課後	体育大会結団式

○ 練習に参加できない場合、速やかに顧問に連絡すること。(やむを得ない場合を除き自分で連絡)
○ 土日は、飲み物(水筒)、アイシング用の氷を持参。塩分チャージは土日や夏休みは可

部活動完全下校時刻→ 9月～新人戦 18:00

顧問 木場光伸

ソフトテニス部夏休み練習予定

伊集院北中学校

7月	19	土	8:00~11:00	暑さに負けず頑張ろう！ 宿題は早めに計画的に済ませよ
	20	日	(休み)	
	21	月	8:00~11:00	
	22	火	県総体(個人)(東開コート)2ペア参加	
	23	水	県総体(団体)(東開コート)	
	24	木	県総体(団体:決勝リーグ)(東開コート)	
	25	金	(休み)	
	26	土	(休み)	
	27	日	(休み)	
	28	月	(休み)	
	29	火	8:00~11:00	
	30	水	8:00~11:00	
	31	木	8:00~11:00	
8月	1	金	出校日 10:30~12:00	
	2	土	始良大会(始良運動公園 2年団体)	
	3	日	(休み)	
	4	月	8:00~11:00	
	5	火	8:00~11:00	
	6	水	8:00~11:00	
	7	木	8:00~11:00	
	8	金	8:00~11:00	
	9	土	(休み)	
	10	日	(休み)	
	11	月	(休み)	
	12	火	(休み)	
	13	水	(休み)	
	14	木	(休み)	
	15	金	(休み)	
	16	土	(休み)	
	17	日	日置地区審判実技講習会(吹上コート)8:30~17:00	
	18	月	(休み)	
	19	火	8:00~11:00	
	20	水	(休み)	
	21	木	出校日 10:30~12:00	
	22	金	夏季大会(東開コート 2年団体)	
	23	土	(休み)	
	24	日	(休み)	
	25	月	(休み)	
	26	火	(休み)	
	27	水	(休み)	
	28	木	8:00~11:00	
	29	金	8:00~11:00	
	30	土	(休み)	
	31	日	(休み)	
9月	1	月	始業式 13:00~16:00	

※大会参加予定

10月 8, 9日 地区新人大会(8日個人・9日団体)(伊集院テニスコート)
12日 県新人大会(2年団体)(東開コート)

男子テニス部練習計画 8月

1	金	出校日	10:00~12:00
2	土		
3	日		
4	月	始良大会 7:45 ビーラインスポーツパーク始良集合	
5	火		8:00~11:00
6	水		
7	木		8:00~11:00
8	金		8:00~11:00
9	土		
10	日	山の日	
11	月	振替休日	
12	火		
13	水	学校閉庁日	
14	木	学校閉庁日	
15	金	学校閉庁日	
16	土		
17	日	審判実技講習会 吹上コート 8:30~17:00	
18	月		8:00~11:00
19	火		8:00~11:00
20	水		
21	木	出校日	
22	金		8:00~11:00
23	土		
24	日		
25	月		8:00~11:00
26	火	夏季大会 2年団体	7:40東開コート集合
27	水		
28	木		
29	金		
30	土		
31	日		

卓球部活動計画

伊集院北中卓球部

【8月】

※ 毎週の時間割によっては、下校時刻が変更になる場合があります。

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	8/1	2
部活休み	練習あり 13:00～ 16:00	練習あり 9:00～ 12:00	練習あり 9:00～ 12:00	練習あり 9:00～ 12:00	出校日 部活休み	部活休み
3	4	5	6	7	8	9
部活休み	練習あり 9:00～ 12:00	練習あり 9:00～ 12:00	部活休み	部活休み	部活休み	部活休み
10	11	12	13	14	15	16
部活休み	部活休み	部活休み	部活休み	部活休み	部活休み	部活休み
17	18	19	20	21	22	23
部活休み	練習あり 9:00～ 12:00	練習あり 9:00～ 12:00	練習あり 9:00～ 12:00	出校日 部活休み	練習あり 9:00～ 12:00	部活休み
24	25	26	27	28	29	30
部活休み	練習あり 9:00～ 12:00	練習あり 9:00～ 12:00	練習あり 9:00～ 12:00	練習あり 9:00～ 12:00	部活休み	部活休み

A: A校時 A*: A校時6校時× B: B校時 水: 水曜校時 特: 特別校時 土: 土曜校時

熱さに気を付けながら自己課題を見つけよう！

ひどい暑さが続き、武道館内もかなりの気温になっています。この夏休みは、休憩を適宜取りながら、自分の課題を見つけて克服できるように日々の練習に取り組みましょう。夏休みは土日休みの平日練習です。普段の学校生活よりもハードなスケジュールかもしれませんが、自分の体調と相談し合いながら頑張らしましょう！

先月伝えた「練習態度」についてまだまだ改善が必要です。全員が良い練習態度で取り組みましょう！！



吹奏楽部8月 練習計画

2025.8.2

日	月	火	水	木	金	土
3.	4.	5.	6. 役員会	7.	8.	9.
休み	練習 8:30～11:30	練習 8:30～11:30	練習 8:30～11:30	練習 8:30～11:30	練習 8:30～11:30	練習 8:30～11:30
10.	11. 南九州コン	12.	13.	14.	15.	16.
休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み
17. 代表応援コン	18.	19.	20.	21. 出校日	22. 九州パソフェ(小)	23. 九州吹コン(中)
休み	練習 8:30～11:30	練習 8:30～11:30	練習 8:30～11:30	休み	練習 8:30～11:30	練習 8:30～11:30
24. 九州吹コン(高)	25.	26.	27.	28. 保護者会	29.	30. 九州吹コン(大)
妙円寺夏祭り	休み	練習 8:30～11:30	休み	練習 8:30～11:30	練習 8:30～11:30	練習 8:30～11:30
31. 九州吹コン (職場・一般)	1. 始業式	2.	3.	4.	5.	6.
休み	練習 ～18:30	練習 ～18:30	休み	練習 ～18:30	練習 ～18:30	練習 8:30～11:30

※8月6日(水)18:00 から役員会(新旧役員)です。

※8月28日(木)18:30 から保護者会です。

2025

8月

中

伊集院北中学校軟式野球部練習計画

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28	29	30	31	01 自主トレ	02 新旗 (始良市内)
03 新旗 (始良市内)	04 練習	05 自主トレ	06 自主トレ	07 練習	08 練習	09 スポーツタニヤマ杯 (鹿児島市内)
10 スポーツタニヤマ杯 (鹿児島市内)	11 自主トレ	12 自主トレ	13 自主トレ	14 自主トレ	15 自主トレ	16 自主トレ
17 自主トレ	18 自主トレ	19	20	21 自主トレ	22 練習	23 未定
24 未定	25 練習	26 練習	27 自主トレ	28 練習	29 練習	30 上園瓦旗 (鹿児島市内)
31 上園瓦旗 (鹿児島市内)	01	メモ:				

2025 伊集院北中サッカー部活動予定表

※日曜・場所は変更になる場合があります。毎日の連絡をしっかりと聞きましょう。

८०

[illegible]