

硬式野球

部

	大会・合宿／部行事・その他	活動内容	休養日
1学期	<p>【公式戦】</p> <p>4月 春季東京都大会 5月 春季関東地区野球大会 7月 全国高等学校野球選手権東東京大会 8月 全国高等学校野球選手権大会</p> <p>【練習試合】</p> <p>5月 6月 毎週土日</p> <p>【合宿】</p> <p>7月大会前強化合宿 8月夏季強化合宿</p>	<p>【朝練習】</p> <p>自主練習</p> <p>【午後練習】</p> <p>授業終了後に校庭の専用グラウンドにて練習。 ウェイトトレーニング週2回</p>	<p>月曜日</p> <p>公式戦の期間中及び直前は練習を行う場合がある</p>
2学期	<p>【公式戦】</p> <p>9月 秋季東京都ブロック大会 10月 秋季東京都大会 11月 明治神宮大会</p> <p>【練習試合】</p> <p>公式戦日程を見極めながら実施</p> <p>【合宿】</p> <p>12月 冬季強化合宿</p>	<p>【朝練習】</p> <p>自主練習</p> <p>【午後練習】</p> <p>授業終了後に校庭の専用グラウンドにて練習。 ウェイトトレーニング週2回</p>	<p>月曜日</p>
3学期	<p>【公式戦】</p> <p>3月 全国高等学校選抜野球大会</p> <p>【練習試合】</p> <p>高野連規定により、3月一週目までは実施せず</p>	<p>【朝練習】</p> <p>自主練習</p> <p>【午後練習】</p> <p>授業終了後に校庭の専用グラウンドにて練習。 ウェイトトレーニング週3回</p>	<p>月曜日</p>