

# 令和8年度 9月 防衛大学校少林寺拳法部 練習予定表

| 月間目標  |   | 文武両道                                                                                         |                        |    |
|-------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----|
| 月     |   | 練習内容・学校行事                                                                                    | 練習時間                   | 備考 |
| 9月1日  | 火 |                                                                                              | 1630～1815              |    |
| 9月2日  | 水 | 水泳競技会                                                                                        | 1630～1815              |    |
| 9月3日  | 木 |                                                                                              | 1630～1815              |    |
| 9月4日  | 金 |                                                                                              | 1630～1815              |    |
| 9月5日  | 土 | 1年生昇級                                                                                        | 0900～1200<br>1330～1600 |    |
| 9月6日  | 日 | 各学年・各人計画所定                                                                                   |                        |    |
| 9月7日  | 月 |                                                                                              | 1630～1815              |    |
| 9月8日  | 火 |                                                                                              | 1630～1815              |    |
| 9月9日  | 水 |                                                                                              | 1630～1815              |    |
| 9月10日 | 木 | TOEIC                                                                                        | 1630～1815              |    |
| 9月11日 | 金 |                                                                                              | 1630～1815              |    |
| 9月12日 | 土 | 二部練                                                                                          | 0900～1200<br>1330～1600 |    |
| 9月13日 | 日 | 各学年・各人計画所定                                                                                   |                        |    |
| 9月14日 | 月 |                                                                                              | 1630～1815              |    |
| 9月15日 | 火 |                                                                                              | 1630～1815              |    |
| 9月16日 | 水 |                                                                                              | 1630～1815              |    |
| 9月17日 | 木 |                                                                                              | 1630～1815              |    |
| 9月18日 | 金 | 課外講演                                                                                         | 1630～1815              |    |
| 9月19日 | 土 | 各学年・各人計画所定                                                                                   | 0900～1200<br>1330～1600 |    |
| 9月20日 | 日 | <b>新人戦</b>                                                                                   |                        |    |
| 9月21日 | 月 | 試験期間                                                                                         |                        |    |
| 9月22日 | 火 | 試験期間                                                                                         |                        |    |
| 9月23日 | 水 | 試験期間                                                                                         |                        |    |
| 9月24日 | 木 | 試験期間                                                                                         | 自主練                    |    |
| 9月25日 | 金 | 試験期間                                                                                         | 自主練                    |    |
| 9月26日 | 土 | 試験期間                                                                                         | 自主練                    |    |
| 9月27日 | 日 | 試験期間                                                                                         | 自主練                    |    |
| 9月28日 | 月 | 定期試験                                                                                         | 自主練                    |    |
| 9月29日 | 火 | 定期試験                                                                                         | 自主練                    |    |
| 9月30日 | 水 | 定期試験                                                                                         | 自主練                    |    |
| 連絡事項  |   | 1. 2年生は新人戦があります。自分の現状を知り、全国大会への足掛かりとしましょう。<br>また、定期試験期間は統制して練習できないため、学科を落とさないぎりぎりの練習量をめざそう！！ |                        |    |