令和7 (2025) 年度 鳥取県立境港総合技術高等学校 (ボクシング) 部年間活動計画

部員数	男子 1名 女子 0名 合計 1名
顧問氏名	浅田 龍二 長尾 義典 尾島尚子
活動日	月・火・水・木・金・土
休養日	日
活動時間	(平日) 3 時間 (16:00~19:00)
	(休日) 4 時間 (9:00~13:00)
活動場所	本校ボクシングジム

活動目標	○部活動を通して目標を持った学校生活をすごす。○部活動を通して、礼儀、社会生活を学ぶ。	
------	--	--

4月 練習試合 ジムトレーニング、マス、筋ト、ロード・ワーク フィーリング大会 (広島県) ア定だが今年度は参加しない ロード・ワーク ジュトレーニング、マス、筋ト、ロード・ワーク マストローング、マス、筋ト、ロード・ワーク アート・ワーク アート・アーク アート・ア	月	公式戦等	その他(練習試合、合宿等)	練習内容
スパーリング大会(広島県) ジムトレーニング、マス、筋ト、ロード・ワーク 県高校総体 棟習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 全国高校総体 棟習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 東習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジムトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・アーク ジュトレーニング・、マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス、筋トレーニング・マス・カーム ロート・アーク ロート・	4月		練習試合	ジムトレーニング、マス、筋トレ、
予定だが今年度は参加しない ロート・ワーク 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク クリー 全国高校総体 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク タ月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク タ月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク クリー 東新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク クリー 東部大会 東部試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク クリー 東部式合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク クリー 東部式合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・アーク 東部式合 (月1回の予定) ジュート・フーク クリー 東部大大会 東部式合 (月1回の予定) ジュート・フーク フィス、筋トレ、ロート・アーク 東部大大会 東部試合 (月1回の予定) ジュート・フーク フィス、筋トレ、ロート・アーク フィス、筋トレ、ロート・アーク フィス、筋トレ、ロート・アーク フィス、筋トレ、ロート・アーク フィス・筋トレ、ロート・アーク フィス・カート・フィス・カート・アーク カート・アーク フィス・カート・アーク フィス・カート・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー				ロート・ワーク
6月 県高校総体中国選手権大会(岡山) 練習試合(月1回の予定) ジムトレニング、マス、筋ト、ロード・ワーク 7月 全国高校総体 練習試合(月1回の予定) ジムトレニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 8月 ミニ国体 練習試合(月1回の予定) ジムトレニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 9月 練習試合(月1回の予定) ジムトレニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 10月 県新人大会 練習試合(月1回の予定) ジムトレニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 11月 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 12月 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 1月 中国新人大会 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク	5月		スパーリング大会(広島県)	ジムトレーニング、マス、筋トレ、
中国選手権大会(岡山) ロード ワーク 7月 全国高校総体 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード ワーク 8月 ミニ国体 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード ワーク 9月 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート ワーク 10月 県新人大会 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート ワーク 12月 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート ワーク 1月 中国新人大会 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート ワーク 1月 中国新人大会 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート ワーク			予定だが今年度は参加しない	ロート・ワーク
7月 全国高校総体 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 8月 ミニ国体 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 9月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 10月 県新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 11月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 12月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 1月 中国新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク	6月	県高校総体	練習試合 (月1回の予定)	ジムトレーニング、マス、筋トレ、
P-ドワーク P-ト、ワーク P-ト、ワート、ワーク P-ト、ワーク P-ト、ワーク P-ト、ワーク P-ト、ワーク P-ト、ワーク P-ト、ワート、ワーク P-ト、ワーク P-ト、ワーク P-ト、ワーク P-ト、ワーク P-ト、ワーク P-ト、ワート、ワーク P-ト、ワーク P-ト、P-ト、P-ト P-ト		中国選手権大会(岡山)		ロート・ワーク
8月 ミニ国体 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 9月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 10月 県新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 11月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 12月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク 1月 中国新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロード・ワーク	7月	全国高校総体	練習試合 (月1回の予定)	ジムトレーニング、マス、筋トレ、
1 0月 東新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ローク ジュート・ローク ジュート・ローク ジュート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロ				ロート・ワーク
9月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 10月 県新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 11月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 12月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 1月 中国新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、	8月	ミニ国体	練習試合 (月1回の予定)	ジムトレーニング、マス、筋トレ、
ロート・ワーク 1 0 月 県新人大会 練習試合(月 1 回の予定) ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、カート・フーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、カート・フーク ジュトレーニング・、マス、筋トレ、カート・フーク ジュート・フーク ジュート・フーク ジュート・フーク ジュート・フーク フィス・カート・フーク フィス・カート・フート・フーク フィス・カート・フーク フィス・カート・フィス・カート・フィス・カート・フィス・カート・フィス・カート・フィス・カート・フィスト・カート・フィス・フィス・カート・フィス・フィス・カート・フィス・カート・フィス・カート・フィス・カ				ロート、ワーク
10月 県新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 12月 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 1月 中国新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ジムトレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ※ ストレーニング、マス、筋トレ、ロート・ワーク ※ ストレーニング、マス、筋トレ、ロート・フーク ※ ストレーニング、マス、筋トレ、ロート・フーク ※ ストレーニング 、マス、筋トレ、ロート・フーク ※ ストレーニング 、マス、筋トレ ※ ストレーニング 、マス、筋トレ、ロート・フーク ※ ストレーニング 、マス、筋トレ ※ ストレーニング 、マス 、筋トレ ※ ストレーニング 、マス 、筋トレ 、	9月		練習試合 (月1回の予定)	ジムトレーニング、マス、筋トレ、
11月 練習試合 (月1回の予定) ジ ムトレーニング 、マス、筋トレ、ロート ワーク 12月 練習試合 (月1回の予定) ジ ムトレーニング 、マス、筋トレ、ロート ワーク 1月 中国新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジ ムトレーニング 、マス、筋トレ、				ロート、ワーク
1 1 月 練習試合(月 1 回の予定) ジ ムトレーニング 、マス、筋トレ、ロート ワーク シ ムトレーニング 、マス、筋トレ、ロート ワーク ジ ムトレーニング 、マス、筋トレ、ロート ワーク シ ムトレーニング 、マス、筋トレ、ロート アーク ジ ムトレーニング 、マス、筋トレ、ロート アーク ジ ムトレーニング 、マス、筋トレ、	10月	県新人大会	練習試合 (月1回の予定)	ジムトレーニング、マス、筋トレ、
12月 練習試合(月1回の予定) ジュトレーニング、マス、筋トレ、ロート、ワーク 1月 中国新人大会 練習試合(月1回の予定) ジュトレーニング、マス、筋トレ、				ロート・ワーク
12月 練習試合(月1回の予定) ジュトレーニング、マス、筋トレ、ロート、ワーク 練習試合(月1回の予定) ジュトレーニング、マス、筋トレ、ロート、ワーク ジュトレーニング、マス、筋トレ、	11月		練習試合 (月1回の予定)	
ロート・ワーク 1月 中国新人大会 練習試合 (月1回の予定) ジムトレーニング 、マス、筋トレ、				
1月 中国新人大会 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、	12月		練習試合 (月1回の予定)	ジムトレーニング、マス、筋トレ、
				* ' '
ロート、ワーク	1月	中国新人大会	練習試合 (月1回の予定)	ジムトレーニング、マス、筋トレ、
				ロート・ワーク
2月 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、	2月		練習試合 (月1回の予定)	
ロート、ワーク				1 / /
3月 全国選抜大会 練習試合(月1回の予定) ジムトレーニング、マス、筋トレ、	3月	全国選抜大会	練習試合 (月1回の予定)	ジムトレーニング、マス、筋トレ、
ロート、ワーク				ロート・ワーク

備考