«Sizden biriniz, cumadan bir gün önce veya bir gün sonra oruç tutmadıkça, sadece cuma günü oruç tutmasın.»

Ebû Hureyre -radıyallahu anh-, Rasûlullah -sallallahu aleyhi ve sellem-' i şöyle buyururken işittim demiştir: «Sizden biriniz, cumadan bir gün önce veya bir gün sonra oruç tutmadıkça, sadece cuma günü oruç tutmasın.»
[Sahih Hadis] [Muttefekun Aleyh]

Nebi -sallallahu aleyhi ve sellem- bir öncesi ve bir gün sonrası ya da alışkanlık haline getirilmiş oruç hariç, cuma günü tek olarak oruç tutmayı yasaklamıştır.

http://sunnah.global/hadeeth/tr/show/4449