

部活動月間計画

2020年

7

月

女子卓球

部

日	曜	活 動 内 容										
		活動	朝練	開始	終了	準備移動等(分)	活動時間 休業日(分)	活動時間 課業日(分)	休養日及び 割振り日	内容	場所	対戦相手等
1	水	○		16:10	17:10			60			体育館	
2	木	○		16:10	17:10			60			ランチルーム	
3	金	OFF							休養日			
4	土	○		16:10	17:10			60			体育館	
5	日	OFF							休養日			
6	月	○		16:30	18:00			90			体育館	
7	火	OFF							休養日			
8	水	○		16:30	18:00			90			体育館	
9	木	○		16:30	18:00			90			ランチルーム	
10	金	○		16:30	18:00			90			ランチルーム	
11	土	○		15:40	17:40			120			ランチルーム	
12	日	OFF							休養日			
13	月	○		15:30	17:30						体育館	
14	火	OFF							休養日			
15	水	OFF							休養日			
16	木	OFF							休養日			
17	金	OFF							休養日			
18	土	OFF							休養日			
19	日	OFF							休養日			
20	月	OFF							休養日			
21	火	OFF							休養日			
22	水	○		14:00	16:30			120			体育館	
23	木	AM		8:30	12:00	30	180			練習	ランチルーム	
24	金	AM		8:30	12:00	30	180			練習	ランチルーム	
25	土	PM		13:00	16:30	30	180			練習	ランチルーム	
26	日	OFF							休養日			
27	月	○		15:30	17:30			120			体育館	
28	火	○		16:30	18:00			90			ランチルーム	
29	水	○		16:30	18:00			90			体育館	
30	木	○		16:30	18:00			90			ランチルーム	
31	金	OFF							休養日			
活動平均時間(分)						180	90		実績確認	月	日	