

## 部活動月間計画

2020年

9

月

女子ソフトテニス

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	火	○		15:20	18:15	55		120		練習	里コート	
2	水	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
3	木	OFF										
4	金	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
5	土	OFF										
6	日	AM		8:00 16:00	12:00 18:15	70 45	170 90			練習	第二グラウンド	Aは午前 Bは午後
7	月	OFF										
8	火	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
9	水	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
10	木	OFF										
11	金	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
12	土	AM		8:00 16:00	12:00 18:15	70 45	170 90			練習	里コート 第二グラウンド	Aは午前 Bは午後
13	日	AM		8:00	12:00	70	170			練習	里コート	
14	月	○		15:20	18:15	55		120		練習	里コート	
15	火	OFF										
16	水	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
17	木	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
18	金	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
19	土	AM		8:00	12:00	70	170			練習	里コート	AはOFF
20	日	AM		8:00	12:00	70	170			練習	浦和実業高等学校	BはOFF 再開しなければOFF
21	月	AM		8:00 16:00	12:00 18:15	70 45	170 90			練習	里コート 第二グラウンド	Aは午前 Bは午後
22	火	AM		8:00	11:00	60	120			練習	里コート	
23	水	OFF										
24	木	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
25	金	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
26	土	OFF										
27	日	PM		14:15	18:15	70	170			練習	里コート	
28	月	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
29	火	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
30	水	○		16:20	18:15	45		70		練習	里コート	
1	木	OFF										
活動平均時間(分)						160	77	実績確認		月	日	