

## 部活動月間計画

2020年

8

月

女子バスケットボール

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	土	OFF	×				×	×	休養日					
2	日	AM	×	8:30	12:00	30	180	×		練習	里中			
3	月	PM	×	12:30	17:30	120	180	×		練習試合	里中	蕨東中・戸田喜沢中		
4	火	AM	×	8:30	12:00	30	180	×		練習	里中			
5	水	AM	×	7:30	12:30	120	180	×		練習試合	里中	草加中		
6	木	PM	×	12:30	17:30	120	180	×		練習試合	里中	岸川中・神根中		
7	金	OFF	×				×	×	休養日					
8	土	AM	×	8:30	12:00	30	180	×		練習	里中			
9	日	OFF	×				×	×	休養日					
10	月	AM	×	12:30	17:30	120	180	×		練習試合	鳩ヶ谷中	鳩ヶ谷中・北中		
11	火	AM	×	12:00	17:30	150	180	×		練習試合	西中	西中		
12	水	OFF	×				×	×	休養日					
13	木	OFF	×				×	×	休養日					
14	金	OFF	×				×	×	休養日					
15	土	OFF	×				×	×	休養日					
16	日	OFF	×				×	×	休養日					
17	月	PM	×	13:00	16:30	30	180	×		練習	里中			
18	火	OFF	×				×	×	休養日					
19	水	AM	×	8:30	12:00	30	180	×		練習	里中			
20	木	PM	×	13:00	16:30	30	180	×		練習	里中			
21	金	OFF	×				×	×	休養日					
22	土	OFF	×				×	×	休養日					
23	日	AM	×	8:30	12:00	30	180	×		練習	里中			
24	月	OFF	×				×	×	休養日					
25	火	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	里中			
26	水	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	里中			
27	木	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	里中			
28	金	OFF	×				×	×	休養日					
29	土	OFF	×				×	×	休養日					
30	日	AM	×	8:30	12:00	30	180	×		練習	里中			
31	月	PM	×	13:00	16:30	30	180	×		練習	里中			
活動平均時間(分)							180	90	実績確認				月	日