

部活動月間計画

2020年

9

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	火	○	×	15:00	17:00	30	×	90		練習	本校			
2	水	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
3	木	OFF	×				×		休養日					
4	金	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
5	土	PM	×	13:00	16:30	30	180	×		練習	本校			
6	日	OFF	×				×	×	休養日					
7	月	OFF	×				×	×	休養日					
8	火	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
9	水	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
10	木	OFF	×				×	×	休養日					
11	金	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
12	土	AM	×	8:30	12:00	30	180	×		練習	本校			
13	日	OFF	×				×	×	休養日					
14	月	○	×	15:00	17:00	30	×	90		練習	本校			
15	火	OFF	×				×	×	休養日					
16	水	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
17	木	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
18	金	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
19	土	AM	×	8:30	12:00	30	180	×		練習	本校			
20	日	OFF	×				×	×	休養日					
21	月	PM	×	13:00	16:30	30	180	×		練習	本校			
22	火	AM	×	8:30	12:00	30	180	×		練習	本校			
23	水	OFF	×				×	×	休養日					
24	木	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
25	金	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
26	土	PM	×	13:00	16:30	30	180	×		練習	本校			
27	日	OFF	×				×	×	休養日					
28	月	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
29	火	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
30	水	○	×	16:00	18:00	30	×	90		練習	本校			
活動平均時間(分)							180	90	実績確認				月	日