

部活動月間計画

2019 年

5

月

男子ハンドボール

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	水	OFF							休養日			
2	木	OFF							休養日			
3	金	OFF							休養日			
4	土	OFF							休養日			
5	日	OFF							休養日			
6	月	OFF							休養日			
7	火	PM		16:15	18:15			100		練習	戸塚中	
8	水	PM		16:15	18:15			100		練習	戸塚中	
9	木	OFF							休養日			
10	金	PM		16:15	18:15			100		練習	戸塚中	
11	土	AM		9:00	12:30		150			練習		
12	日	AM		9:00	12:30		150			練習試合		
13	月	OFF							休養日			
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	PM		16:15	18:15			100		練習	戸塚中	
23	木	PM		16:15	18:15			100		練習	戸塚中	
24	金	PM		16:15	18:15			100		練習	戸塚中	
25	土	OFF							休養日			
26	日	AM		9:00	12:30		150			練習	戸塚中	
27	月	OFF							休養日			
28	火	PM		16:15	18:15			100		練習	戸塚中	
29	水	PM		16:15	18:15			100		練習	戸塚中	
30	木	PM		16:15	18:15			100		練習	戸塚中	
31	金	PM		16:15	18:15			100		練習	戸塚中	
活動平均時間(分)						150	100	実績確認		月	日	