

部活動月間計画

2019 年

5 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	水	OFF							休養日				
2	木	OFF							休養日				
3	金	PM		13:00	16:30	30	180			練習	本校		
4	土	1日		7:30	17:00	420	180			練習試合	小川東	小川東中	
5	日	1日		7:30	17:00	420	180			練習試合	大原	大原中	
6	月	OFF							休養日				
7	火	○					120			練習	本校		
8	水	○					120			練習	本校		
9	木	OFF							休養日				
10	金	○					120			練習	本校		
11	土	OFF							休養日				
12	日	1日		7:30	17:00	420	180			練習試合	大原	大原中	
13	月	○					120			練習	本校		
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	○					120			練習	本校		
23	木	○					120			練習	本校		
24	金	○					120			練習	本校		
25	土	OFF							休養日				
26	日	AM		9:00	13:00	60	180			練習	本校		
27	月	○					120			練習	本校		
28	火	○					120			練習	本校		
29	水	OFF							休養日				
30	木	○					120			練習	本校		
31	金	○					120			練習	本校		
活動平均時間(分)							180	120	実績確認				月 日