

部活動月間計画

2019 年

6

月

ソフトボール

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	AM		7:00	14:00	1時間半	180			練習試合	在家中	在家中
2	日	OFF								休養日		
3	月	○						120				
4	火	○						120				
5	水	OFF								休養日		
6	木	○						120				
7	金	○						120				
8	土	AM		8:30	12:00	30分	180					
9	日	OFF								休養日		
10	月	○						120				
11	火	OFF								休養日		
12	水	○						120				
13	木	○						120				
14	金	1日		6:30	17:00	2時間	90			大会	鳩ヶ谷中学校	
15	土	1日		6:30	17:00	2時間	90			大会	鳩ヶ谷中学校	
16	日	OFF								休養日		
17	月	1日		6:30	17:00	2時間	180			大会	鳩ヶ谷中学校	
18	火	○						120				
19	水	○						120				
20	木	○						120				
21	金	OFF								休養日		
22	土	AM		8:30	12:00	30分	180					
23	日	OFF								休養日		
24	月	OFF								休養日		
25	火	OFF								休養日		
26	水	OFF								休養日		
27	木	OFF								休養日		
28	金	OFF								休養日		
29	土	OFF								休養日		
30	日	OFF								休養日		
1	月	OFF								休養日		
活動平均時間(分)						135	120	実績確認		月	日	