

様式1

2021 年 7 月活動計画

男子バスケットボール 部

今月の目標 基礎体力・基礎技術の習得

日	曜	予 定			実 績			活動内容 (場所、練習内容等)	備考 (内容修正等)
		開始	終了	時間	開始	終了	時間		
1	木			0:00			0:00		
2	金			0:00			0:00		
3	土			0:00			0:00		
4	日			0:00			0:00		
5	月			0:00			0:00		
6	火			0:00			0:00		
7	水	16:15	17:20	1:05			0:00	通常練習/外	
8	木	16:15	17:20	1:05			0:00	通常練習/体育館	
9	金			0:00			0:00		
10	土	8:00	12:00	4:00			0:00	練習試合/荒川中	
11	日			0:00			0:00		
12	月	15:15	17:20	2:05			0:00	通常練習/体育館	
13	火			0:00			0:00		
14	水	14:15	16:15	2:00			0:00	通常練習/体育館	
15	木	14:15	16:15	2:00			0:00	通常練習/外	
16	金	14:15	16:15	2:00			0:00	通常練習/体育館	
17	土	8:30	11:30	3:00			0:00	通常練習/体育館	
18	日			0:00			0:00		
19	月	14:15	16:15	2:00			0:00	通常練習/外	
20	火			0:00			0:00		
21	水	8:30	11:30	3:00			0:00	通常練習/体育館	
22	木	8:30	11:30	3:00			0:00	通常練習/体育館	
23	金			0:00			0:00		
24	土	8:30	11:30	3:00			0:00	通常練習/体育館	
25	日			0:00			0:00		
26	月	8:30	11:30	3:00			0:00	通常練習/体育館	
27	火	13:00	16:00	3:00			0:00	通常練習/体育館	
28	水	8:30	11:30	3:00			0:00	通常練習/体育館	
29	木			0:00			0:00		
30	金	8:30	11:30	3:00			0:00	通常練習/体育館	
31	土	13:00	16:00	3:00			0:00	通常練習/体育館	
		合計		43:15	合計		0:00		