

様式1

2022 年 1 月活動計画

サッカー 部

今月の目標 個人技術の向上

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	土			0:00			0:00		
2	日			0:00			0:00		
3	月			0:00			0:00		
4	火			0:00			0:00		
5	水	8:30	12:00	3:30	8:30	12:00	3:30		
6	木	8:30	12:00	3:30	8:30	12:00	3:30		
7	金	8:30	12:00	3:30	8:30	12:00	3:30		
8	土	8:30	12:00	3:30			0:00		
9	日			0:00			0:00		
10	月			0:00			0:00		
11	火			0:00			0:00		
12	水	16:10	16:45	0:35			0:00		
13	木	16:10	16:45	0:35			0:00		
14	金			0:00			0:00		
15	土			0:00			0:00		
16	日	8:30	12:00	3:30			0:00		
17	月			0:00			0:00		
18	火	16:10	16:45	0:35			0:00		
19	水	16:10	16:45	0:35			0:00		
20	木	16:10	16:45	0:35			0:00		
21	金	16:10	16:45	0:35			0:00		
22	土	8:30	12:00	3:30			0:00		
23	日			0:00			0:00		
24	月			0:00			0:00		
25	火	16:10	16:45	0:35			0:00		
26	水	16:10	16:45	0:35			0:00		
27	木	16:10	16:45	0:35			0:00		
28	金	16:10	16:45	0:35			0:00		
29	土			0:00			0:00		
30	日			0:00			0:00		
31	月	16:10	16:45	0:35			0:00		
		合計		27:25	合計		10:30		