

様式1

2022 年 7 月活動計画

卓球 部

今月の目標 暑さに負けず、熱中症に注意しながら、基本練習に手を抜かず取り組む。

| 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 | 金 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 2 | 土 | 8:30 | 10:40 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 3 | 日 | 13:00 | 15:10 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 4 | 月 | 15:15 | 17:15 | 2:00 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 5 | 火 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 6 | 水 | 16:15 | 17:15 | 1:00 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 7 | 木 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 8 | 金 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 9 | 土 | 13:00 | 15:10 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 10 | 日 | 8:30 | 10:40 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 11 | 月 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 12 | 火 | 16:15 | 17:15 | 1:00 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 13 | 水 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 14 | 木 | 16:15 | 17:15 | 1:00 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 15 | 金 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 16 | 土 | 8:30 | 10:40 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 17 | 日 | 13:00 | 15:10 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 18 | 月 | 8:30 | 10:40 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 19 | 火 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 20 | 水 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 21 | 木 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 22 | 金 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 23 | 土 | 13:00 | 15:10 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 24 | 日 | 8:30 | 10:40 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 25 | 月 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 26 | 火 | 8:30 | 10:40 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 27 | 水 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 28 | 木 | 8:30 | 10:40 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 29 | 金 | | | 0:00 | | | 0:00 | | |
| 30 | 土 | 8:30 | 10:40 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| 31 | 日 | 13:00 | 15:10 | 2:10 | | | 0:00 | 体育館 通常練習 | |
| | | 合計 | | 33:10 | 合計 | | 0:00 | | |