

様式1

2022 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	金	14:10	14:30	0:20			0:00	ミーティング	
2	土	13:00	16:00	3:00			0:00	体育館、通常練習	
3	日			0:00			0:00		
4	月	15:15	17:15	2:00			0:00	外、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	16:15	17:15	1:00			0:00	体育館、通常練習	
8	金			0:00			0:00		
9	土	8:30	11:30	3:00			0:00	体育館、通常練習	
10	日			0:00			0:00		
11	月	15:15	17:30	2:15			0:00	体育館、通常練習	
12	火			0:00			0:00		
13	水	16:15	17:15	1:00			0:00	体育館、通常練習	
14	木			0:00			0:00		
15	金	16:15	17:15	1:00			0:00	体育館、通常練習	
16	土			0:00			0:00		
17	日	8:30	11:30	3:00			0:00	体育館、通常練習	
18	月			0:00			0:00		
19	火	16:15	17:15	1:00			0:00	体育館、通常練習	
20	水			0:00			0:00		
21	木	13:00	16:00	3:00			0:00	体育館、通常練習	
22	金	8:00	10:40	2:40			0:00	体育館、通常練習	
23	土	8:30	11:30	3:00			0:00	体育館、通常練習	
24	日			0:00			0:00		
25	月	13:00	16:00	3:00			0:00	体育館、通常練習	
26	火	8:00	10:40	2:40			0:00	体育館、通常練習	
27	水			0:00			0:00		
28	木	8:00	10:40	2:40			0:00	体育館、通常練習	
29	金	13:00	16:00	3:00			0:00		
30	土			0:00			0:00		
31	日	8:30	11:30	3:00			0:00	体育館、通常練習	
		合計		41:35	合計		0:00		