

様式1

2022 年 7 月活動計画

剣道 部

今月の目標 全身全霊 ～体力や精神力のすべてを注ぎ込み、一生懸命取り組む～

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	14:30	15:30	1:00			0:00	武道場／ミーティング	
2	土	9:00	15:00	6:00			0:00	川口青陵高校体育館／青陵剣道錬成会	
3	日	9:00	15:00	6:00			0:00	川口青陵高校体育館／青陵剣道錬成会	
4	月	15:20	17:20	2:00			0:00	武道場／通常稽古	
5	火	16:20	18:00	1:40			0:00	武道場／通常稽古	
6	水	16:20	18:00	1:40			0:00	武道場／通常稽古	
7	木	16:20	18:00	1:40			0:00	武道場／通常稽古	
8	金			0:00			0:00	休養日	
9	土			0:00			0:00	休養日	
10	日	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	熊谷高校／練習試合
11	月	15:20	17:15	1:55			0:00	武道場／通常稽古	
12	火	15:20	17:15	1:55			0:00	武道場／通常稽古	
13	水	15:20	17:15	1:55			0:00	武道場／通常稽古	
14	木	15:20	17:15	1:55			0:00	武道場／通常稽古	
15	金	15:20	17:15	1:55			0:00	武道場／通常稽古	
16	土	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	
17	日	8:30	15:00	6:30			0:00	埼玉県立武道館／県学総体（男子団体）	
18	月	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	
19	火	15:00	17:00	2:00			0:00	武道場／通常稽古	
20	水			0:00			0:00	休養日	
21	木	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	
22	金	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	
23	土	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	
24	日	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	
25	月	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	
26	火	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	
27	水	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	
28	木	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	
29	金	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場／通常稽古	
30	土	8:30	15:00	6:30			0:00	埼玉県立武道館／県学総体（個人）	
31	日			0:00			0:00	休養日	
		合計		74:35	合計		0:00		