

様式1

2022 年 7 月活動計画

男子ソフトテニス 部

今月の目標 自分目標を明確にする

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	14:00	15:00	1:00			0:00	学校練習	
2	土	7:30	11:00	3:30			0:00	学校練習	
3	日			0:00			0:00		
4	月	15:15	17:45	2:30			0:00	学校練習	
5	火			0:00			0:00		
6	水	16:15	17:45	1:30			0:00	学校練習	
7	木	16:15	17:45	1:30			0:00	学校練習	
8	金			0:00			0:00		
9	土	7:30	11:00	3:30			0:00	学校練習	
10	日			0:00			0:00		
11	月	15:15	17:45	2:30			0:00	学校練習	
12	火	15:15	17:00	1:45			0:00	学校練習	
13	水			0:00			0:00		
14	木	15:15	17:00	1:45			0:00	学校練習	
15	金	15:15	17:00	1:45			0:00	学校練習	
16	土			0:00			0:00		
17	日	7:30	11:00	3:30			0:00	学校練習	
18	月	7:30	11:00	3:30			0:00		
19	火	14:30	16:30	2:00			0:00	学校練習	
20	水			0:00			0:00		
21	木	8:00	12:00	4:00			0:00	下田野コート	
22	金	8:00	12:00	4:00			0:00	下田野コート	
23	土	7:30	11:00	3:30			0:00	学校練習	
24	日			0:00			0:00		
25	月			0:00			0:00		
26	火			0:00			0:00		
27	水	14:00	18:00	4:00			0:00	下田野コート	
28	木			0:00			0:00		
29	金	15:00	18:00	3:00			0:00	下田野コート	
30	土			0:00			0:00		
31	日	7:30	11:00	3:30			0:00	学校練習	休み
		合計	52:15		合計	0:00			