

様式1

2022 年 12 月活動計画

陸上 部

今月の目標 「何も咲かない寒い日は、下へ下へと根を伸ばせ」基礎基本・体力向上を意識する。

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	木	16:15	16:50	0:35			0:00	学校・通常練習	
2	金	16:15	16:50	0:35			0:00	学校・通常練習	
3	土			0:00			0:00		
4	日			0:00			0:00		
5	月	15:15	16:50	1:35			0:00	学校・通常練習	
6	火	16:15	16:50	0:35			0:00	学校・通常練習	
7	水	16:15	16:50	0:35			0:00	学校・通常練習	
8	木			0:00			0:00	専門委員会のため部活なし	
9	金	16:15	16:50	0:35			0:00	学校・通常練習	
10	土			0:00			0:00		
11	日			0:00			0:00		
12	月	15:15	16:50	1:35			0:00	学校・通常練習	
13	火	16:15	16:50	0:35			0:00	学校・通常練習	
14	水	16:15	16:50	0:35			0:00	学校・通常練習	
15	木			0:00			0:00	休養日	
16	金	15:15	16:50	1:35			0:00	学校・通常練習	
17	土	9:00	11:30	2:30			0:00	秩父ミュージックパーク・練習会	
18	日			0:00			0:00		
19	月	15:15	16:50	1:35			0:00	学校・通常練習	
20	火	15:15	16:50	1:35			0:00	学校・通常練習	
21	水	15:15	16:50	1:35			0:00	学校・通常練習	
22	木	15:15	16:50	1:35			0:00	学校・通常練習	
23	金			0:00			0:00	終業式・部活動なし	
24	土			0:00			0:00		
25	日			0:00			0:00		
26	月	8:30	11:00	2:30			0:00	学校・通常練習	
27	火	8:30	11:00	2:30			0:00		
28	水	8:30	11:00	2:30			0:00		
29	木			0:00			0:00	閉庁日	
30	金			0:00			0:00	閉庁日	
31	土			0:00			0:00	閉庁日	
		合計	25:10		合計	0:00			