

様式1

2023 年 1 月活動計画

卓球 部

今月の目標 寒さに負けずに目標を持ち、手を抜かずに本気で練習に取り組む。

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	日			0:00			0:00		
2	月			0:00			0:00		
3	火			0:00			0:00		
4	水	8:30	10:40	2:10			0:00	体育館 通常練習	
5	木	13:00	15:10	2:10			0:00	体育館 通常練習	
6	金	8:30	10:40	2:10			0:00	体育館 通常練習	
7	土	13:00	15:10	2:10			0:00	体育館 通常練習	
8	日			0:00			0:00		
9	月	13:00	15:10	2:10			0:00	体育館 通常練習	
10	火			0:00			0:00		
11	水			0:00			0:00		
12	木	16:15	16:45	0:30			0:00	体育館 通常練習	
13	金			0:00			0:00		
14	土	8:30	10:40	2:10			0:00	体育館 通常練習	
15	日			0:00			0:00		
16	月	15:15	16:45	1:30			0:00	体育館 通常練習	
17	火			0:00			0:00		
18	水	16:15	16:45	0:30			0:00	体育館 通常練習	
19	木			0:00			0:00		
20	金	16:15	16:45	0:30			0:00	体育館 通常練習	
21	土	13:00	15:10	2:10			0:00	体育館 通常練習	
22	日			0:00			0:00		
23	月			0:00			0:00		
24	火	16:15	16:45	0:30			0:00	体育館 通常練習	
25	水			0:00			0:00		
26	木	16:15	16:45	0:30			0:00	体育館 通常練習	
27	金			0:00			0:00		
28	土	8:30	10:40	2:10			0:00	体育館 通常練習	
29	日			0:00			0:00		
30	月			0:00			0:00		
31	火			0:00			0:00		
		合計		21:20	合計		0:00		