

様式1

2023 年 1 月活動計画

剣道 部

今月の目標 心機一転 ～新たな気持ちや態度で事に臨む～

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	休養日	
2	月			0:00			0:00	休養日	
3	火			0:00			0:00	休養日	
4	水	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場/通常稽古	
5	木	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場/通常稽古	
6	金	9:00	16:00	7:00			0:00	イーエスはなもも体育館/古河市長杯	
7	土	9:00	16:00	7:00			0:00	ならはスカイアリーナ/景中練成会 東松山南地区体育館/マツヤマ練成会	
8	日	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場/通常稽古	
9	月			0:00			0:00	休養日	
10	火			0:00			0:00	休養日	
11	水	16:20	17:00	0:40			0:00	武道場/基本稽古	
12	木	16:20	17:00	0:40			0:00	武道場/基本稽古	
13	金			0:00			0:00	休養日	
14	土	9:30	15:00	5:30			0:00	軽井沢風越公園総合体育館/丸山カップ	
15	日	9:00	14:30	5:30			0:00	熊谷市民体育館/1年生大会	
16	月	15:20	17:00	1:40			0:00	武道場/通常稽古	
17	火	16:20	17:00	0:40			0:00	武道場/基本稽古	
18	水			0:00			0:00	休養日	
19	木	16:20	17:00	0:40			0:00	武道場/基本稽古	
20	金	16:20	17:00	0:40			0:00	武道場/基本稽古	
21	土	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場/通常稽古	
22	日			0:00			0:00	休養日	
23	月			0:00			0:00	休養日	
24	火	16:20	17:00	0:40			0:00	武道場/基本稽古	
25	水	16:20	17:00	0:40			0:00	武道場/基本稽古	
26	木			0:00			0:00	休養日	
27	金	16:20	17:00	0:40			0:00	武道場/基本稽古	
28	土	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場/通常稽古	
29	日			0:00			0:00	休養日	
30	月			0:00			0:00	休養日	
31	火	16:20	17:00	0:40			0:00	武道場/基本稽古	
		合計		45:10	合計		0:00		