

様式1

2023 年 2 月活動計画

柔道 部

今月の目標 基礎体力の向上

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	水	16:20	17:00	0:40			0:00	学校練習	
2	木	16:20	17:00	0:40			0:00	学校練習	
3	金	16:20	17:00	0:40			0:00	学校練習	
4	土	8:30	16:00	7:30			0:00	秩父中学生錬成会	
5	日			0:00			0:00		
6	月	15:20	17:00	1:40			0:00	学校練習	
7	火	16:20	17:00	0:40			0:00	学校練習	
8	水			0:00			0:00	休養日	
9	木	16:20	17:00	0:40			0:00	学校練習	
10	金	16:20	17:00	0:40			0:00	学校練習	
11	土	13:00	17:00	4:00			0:00	郡市練習会	
12	日			0:00			0:00		
13	月	15:20	17:30	2:10			0:00	学校練習	
14	火	16:20	17:30	1:10			0:00	学校練習	
15	水			0:00			0:00	テスト前部活動停止期間	
16	木			0:00			0:00	テスト前部活動停止期間	
17	金			0:00			0:00	テスト前部活動停止期間	
18	土			0:00			0:00	テスト前部活動停止期間	
19	日			0:00			0:00	テスト前部活動停止期間	
20	月			0:00			0:00	テスト前部活動停止期間	
21	火			0:00			0:00	テスト前部活動停止期間	
22	水			0:00			0:00	テスト前部活動停止期間	
23	木			0:00			0:00	テスト前部活動停止期間	
24	金	16:20	17:30	1:10			0:00	学校練習	
25	土			0:00			0:00		
26	日			0:00			0:00		
27	月			0:00			0:00	休養日	
28	火	16:20	17:30	1:10			0:00	学校練習	
				0:00			0:00		
				0:00			0:00		
				0:00			0:00		
		合計	22:50		合計	0:00			