

様式1

2023 年 4 月活動計画

陸上 部

今月の目標 「継続は力なり」 継続した練習で体力を向上する。

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	土			0:00			0:00	休み	
2	日			0:00			0:00	休み	
3	月			0:00			0:00	休み	
4	火			0:00			0:00	休み	
5	水			0:00			0:00	休み	
6	木	8:30	11:30	3:00			0:00	学校・通常練習	
7	金			0:00			0:00	休み	
8	土	8:30	11:30	3:00			0:00	別所グラウンド・練習会	
9	日			0:00			0:00	休み	
10	月	15:20	17:30	2:10			0:00	学校・通常練習	
11	火	16:20	17:30	1:10			0:00	学校・通常練習	
12	水			0:00			0:00	専門委員会	
13	木	16:20	17:30	1:10			0:00	学校・通常練習	
14	金	16:20	17:30	1:10			0:00	学校・通常練習	
15	土	8:30	11:30	3:00			0:00	別所グラウンド・練習会	
16	日			0:00			0:00	休み	
17	月	15:20	17:30	2:10			0:00	学校・通常練習	
18	火	16:20	17:30	1:10			0:00	学校・通常練習	
19	水	16:20	17:30	1:10			0:00	学校・通常練習	
20	木	16:20	17:30	1:10			0:00	学校・通常練習	
21	金			0:00			0:00	授業参観	
22	土	8:30	11:30	3:00			0:00	休み	
23	日			0:00			0:00	休み	
24	月			0:00			0:00	休み	
25	火	16:20	17:30	1:10			0:00	学校・通常練習	
26	水	16:20	17:30	1:10			0:00	学校・通常練習	
27	木	16:20	17:30	1:10			0:00	学校・通常練習	
28	金			0:00			0:00	離任式・休養日	
29	土			0:00			0:00	休み	
30	日	8:30	11:30	3:00			0:00	学校・通常練習	
				0:00			0:00		
			合計	29:50		合計	0:00		