

様式1

2023 年 7 月活動計画

男子ソフトテニス 部

今月の目標 自分目標を明確にする

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		
2	日			0:00			0:00		
3	月			0:00			0:00		
4	火			0:00			0:00		
5	水			0:00			0:00		
6	木			0:00			0:00		
7	金			0:00			0:00		
8	土			0:00			0:00		
9	日	10:00	14:00	4:00			0:00	下田野	
10	月			0:00			0:00		
11	火	15:20	17:20	2:00			0:00	学校	
12	水	15:20	17:20	2:00			0:00	学校	
13	木	15:20	17:20	2:00			0:00	学校	
14	金	15:20	17:20	2:00			0:00	学校	
15	土	10:00	14:00	4:00			0:00	下田野	
16	日			0:00			0:00		
17	月			0:00			0:00		
18	火	15:20	17:20	2:00			0:00	学校	
19	水	14:20	16:20	2:00			0:00	学校	
20	木			0:00			0:00		
21	金	8:00	12:00	4:00			0:00	下田野	
22	土	8:30	12:00	3:30			0:00	練習試合・吉田中	
23	日			0:00			0:00		
24	月	8:00	11:00	3:00			0:00	下田野	
25	火	8:00	12:00	4:00			0:00	学校	
26	水	15:00	17:00	2:00			0:00	下田野	
27	木	7:00	10:00	3:00			0:00	下田野	
28	金			0:00			0:00		
29	土			0:00			0:00		
30	日	8:00	12:00	4:00			0:00	学校	
31	月	7:00	10:00	3:00			0:00	下田野	
		合計		46:30	合計		0:00		