

様式1

2023 年 12 月活動計画

剣道 部

今月の目標 緊禪一番 ～気持ちを引き締めて、油断せずに物事に向かう～

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	金	16:30	17:00	0:30			0:00	武道場/基本稽古	
2	土			0:00			0:00	休養日	
3	日			0:00			0:00	休養日	
4	月	15:30	17:00	1:30			0:00	武道場/基本稽古	
5	火	16:30	17:00	0:30			0:00	武道場/基本稽古	
6	水			0:00			0:00	休養日	
7	木	16:30	17:00	0:30			0:00	武道場/基本稽古	
8	金	16:30	17:00	0:30			0:00	武道場/基本稽古	
9	土			0:00			0:00	休養日	
10	日	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場/通常稽古	
11	月			0:00			0:00	休養日	
12	火	16:30	17:00	0:30			0:00	武道場/基本稽古	
13	水	15:30	17:00	1:30			0:00	武道場/通常稽古	
14	木	15:30	17:00	1:30			0:00	武道場/通常稽古	
15	金	15:30	17:00	1:30			0:00	武道場/通常稽古	
16	土			0:00			0:00	休養日	
17	日			0:00			0:00	休養日	
18	月	9:00	15:00	6:00			0:00	武道場/通常稽古	
19	火	15:30	17:00	1:30			0:00	武道場/通常稽古	
20	水	15:30	17:00	1:30			0:00	武道場/通常稽古	
21	木	15:30	17:00	1:30			0:00	武道場/通常稽古	
22	金			0:00			0:00	休養日	
23	土	9:00	15:00	6:00			0:00	くまがやドーム体育館/県中学生特別交流大会	
24	日	9:00	15:00	6:00			0:00	秩父文化体育センター/秩父剣道祭	
25	月	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場/通常稽古	
26	火	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場/通常稽古	
27	水	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場/通常稽古	
28	木	9:00	11:30	2:30			0:00	武道場/中村杯争奪部内選手権	
29	金			0:00			0:00	休養日	
30	土			0:00			0:00	休養日	
31	日			0:00			0:00	休養日	
		合計	43:30		合計	0:00			