

様式1

2023 年 12 月活動計画

女子バスケットボール 部

今月の目標 基礎の徹底と体力強化！！

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	16:15	17:00	0:45			0:00	通常練習／グラウンド	
2	土			0:00			0:00	OFF	
3	日			0:00			0:00	OFF	
4	月	15:15	17:00	1:45			0:00	通常練習／体育館	
5	火	16:15	17:00	0:45			0:00	通常練習／グラウンド	
6	水			0:00			0:00	OFF	
7	木	16:15	17:00	0:45			0:00	通常練習／グラウンド	
8	金	16:15	17:00	0:45			0:00	通常練習／体育館	
9	土	11:00	13:30	2:30			0:00	通常練習／体育館	
10	日			0:00			0:00	OFF	
11	月			0:00			0:00	OFF	
12	火	16:15	17:00	0:45			0:00	通常練習／体育館	
13	水	15:15	16:00	0:45			0:00	通常練習／グラウンド	
14	木	15:15	17:00	1:45			0:00	通常練習／体育館	
15	金	15:15	16:00	0:45			0:00	通常練習／グラウンド	
16	土	13:50	16:00	2:10			0:00	Bリーグ観戦／深谷ビッグタートル	
17	日			0:00			0:00	OFF	
18	月	15:15	17:00	1:45			0:00	通常練習／体育館	
19	火	15:15	16:00	0:45			0:00	通常練習／グラウンド	
20	水	15:15	17:00	1:45			0:00	通常練習／体育館	
21	木	15:15	16:00	0:45			0:00	通常練習／グラウンド	
22	金			0:00			0:00	OFF	
23	土	11:00	13:00	2:00			0:00	通常練習／体育館	
24	日	8:30	12:00	3:30			0:00	練習試合／秩父第一中学校	
25	月	13:00	16:00	3:00			0:00	通常練習／体育館	
26	火	8:30	12:00	3:30			0:00	通常練習／体育館	
27	水	13:00	16:00	3:00			0:00	通常練習／体育館	
28	木			0:00			0:00	OFF	
29	金			0:00			0:00	OFF	
30	土			0:00			0:00	OFF	
31	日			0:00			0:00	OFF	
		合計	33:25		合計	0:00			