

部活動計画・活動実績(月間)

部活動名	サッカー部		
------	-------	--	--

6 月

日	曜	予定			実績			活動内容	活動場所
		AM	PM	時間	AM	PM	時間		
1	月	~	~	0:00	~	~	0:00	休養日	
2	火	~	15:50 ~ 16:50	1:00	~	15:50 ~ 16:50	1:00	ミーティング 練習(運動強度40%)	理科室・中村中校庭
3	水	~	~	0:00	~	~	0:00	休養日	
4	木	~	15:50 ~ 16:50	1:00	~	15:50 ~ 16:50	1:00	練習(50%)	中村中校庭
5	金	~	~	0:00	~	~	0:00	休養日	
6	土	9:00 ~ 11:00	~	2:00	9:00 ~ 11:00	~	2:00	練習(60%)	中村中校庭
7	日	~	~	0:00	~	~	0:00	休養日	
8	月	~	~	0:00	~	~	0:00	休養日	
9	火	~	16:10 ~ 17:30	1:20	~	16:10 ~ 17:30	1:20	練習(50%)	中村中校庭
10	水	~	~	0:00	~	~	0:00	休養日	
11	木	~	16:10 ~ 17:30	1:20	~	16:10 ~ 17:30	1:20	練習(60%)	中村中校庭
12	金	~	16:10 ~ 17:30	1:20	~	16:10 ~ 17:30	1:20	練習(60%)	中村中校庭
13	土	8:30 ~ 11:00	~	2:30	8:30 ~ 11:00	~	2:30	練習(70%)	中村中校庭
14	日	~	~	0:00	~	~	0:00	休養日	
15	月	~	16:10 ~ 17:50	1:40	~	16:10 ~ 17:50	1:40	練習(60%)	中村中校庭
16	火	~	16:10 ~ 17:50	1:40	~	16:10 ~ 17:50	1:40	練習(60%)	中村中校庭
17	水	~	~	0:00	~	~	0:00	休養日	
18	木	~	16:10 ~ 17:50	1:40	~	16:10 ~ 17:50	1:40	練習(70%)	中村中校庭
19	金	~	16:10 ~ 17:50	1:40	~	16:10 ~ 17:50	1:40	練習(60%)	中村中校庭
20	土	8:00 ~ 11:00	~	3:00	8:00 ~ 11:00	~	3:00	練習(80%)	中村中校庭
21	日	~	~	0:00	~	~	0:00	休養日	
22	月	~	16:10 ~ 17:50	1:40	~	16:10 ~ 17:50	1:40	練習(60%)	中村中校庭
23	火	~	16:10 ~ 17:50	1:40	~	16:10 ~ 17:50	1:40	練習(70%)	中村中校庭
24	水	~	~	0:00	~	~	0:00	休養日	
25	木	~	16:10 ~ 17:50	1:40	~	16:10 ~ 17:50	1:40	練習(70%)	中村中校庭
26	金	~	16:10 ~ 17:50	1:40	~	16:10 ~ 17:50	1:40	練習(60%)	中村中校庭
27	土	8:00 ~ 11:00	~	3:00	8:30 ~ 11:30	~	3:00	練習(80%)	中村中校庭
28	日	~	~	0:00	~	~	0:00	休養日	
29	月	~	16:10 ~ 17:50	1:40	~	16:10 ~ 17:50	1:40	練習(70%) (1年 50%)	中村中校庭
30	火	~	16:10 ~ 17:50	1:40	~	16:10 ~ 17:30	1:20	練習(70%) (1年 活動なし)	中村中校庭
		~	~	0:00	~	~	0:00		
				33:10					32:50