

運動計画

№	競技種目	サッカー部	バレーボール部	ソフトテニス部	テニス部	男子バスケットボール部	卓球部	剣道部	弓道部	吹奏楽部	科学部	美術部	華道部	民衆部ECO部	書道部	JRC部	読書部	文芸部	女子バスケットボール部		
	活動計画	活動実績	備考	活動計画	活動実績	備考	活動計画	活動実績	備考	活動計画	活動実績	備考	活動計画	活動実績	備考	活動計画	活動実績	備考	活動計画	活動実績	備考
1	月 休	休	200	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	
2	火 休	休	200	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	
3	水 休	休	200	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	
4	木 練習	400	練習	300	休	休	練習	400	練習	300	練習	300	休	休	休	休	休	休	練習	200	
5	金 休	休	200	練習	300	練習	300	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	練習	200	
6	土 練習	400	練習試合	300	練習	300	練習	300	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	練習	200	
7	日 休	休	練習試合	200	練習	300	練習	300	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	練習	200	
8	月 練習	200	練習試合	休	練習	300	練習	300	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	練習	200	
9	火 練習	200	練習	200	休	休	練習	1:15	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	100	休	練習	200
10	水 休	休	練習	200	練習	100	休	休	休	練習	200	休	休	休	休	休	休	休	休	練習	1:15
11	木 練習	200	練習	200	練習	130	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	1:15	練習	100	休	練習	200
12	金 練習	200	練習	200	練習	130	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	100	休	練習	200
13	土 練習	730	練習試合	600	練習	300	練習	300	休	休	練習	300	練習	400	休	休	休	休	休	練習	200
14	日 休	休	休	練習試合	300	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	練習	200
15	月 練習	200	練習	200	練習	130	練習	200	休	休	練習	200	練習	200	練習	200	練習	100	練習	200	200
16	火 練習	200	休	練習	130	練習	200	休	休	練習	200	練習	200	練習	200	練習	100	練習	200	200	200
17	水 休	休	練習	100	休	休	練習	230	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	練習	200
18	木 練習	200	練習	300	練習	130	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	1:15	練習	100	練習	200	200
19	金 練習	200	休	練習	200	練習	130	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	100	練習	200	200	200
20	土 練習	200	練習試合	600	練習	300	練習	300	練習	300	練習	400	休	休	休	休	休	休	練習	200	200
21	日 休	休	休	練習試合	300	休	休	休	休	練習	200	休	休	休	休	休	休	休	休	練習	200
22	月 練習	200	練習	200	練習	130	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	100	練習	200	200
23	火 練習	200	休	練習	130	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	100	練習	200	200	200
24	水 休	休	練習	300	練習	100	休	休	休	練習	200	休	休	休	休	休	休	休	休	練習	200
25	木 練習	200	練習	300	練習	200	練習	130	練習	200	練習	200	練習	200	練習	1:15	練習	100	練習	200	200
26	金 練習	200	練習	300	練習	130	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	100	練習	200	200
27	土 練習	600	休	練習	400	練習	300	練習	400	休	休	練習	300	練習	400	休	休	休	休	練習	200
28	日 休	休	練習試合	400	休	休	練習	100	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	練習	200
29	月 練習	200	練習	200	練習	130	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	100	練習	200	200
30	火 練習	200	休	練習	130	練習	100	練習	200	練習	200	練習	200	練習	200	練習	100	練習	200	200	200
31	水 休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	練習	200