

別紙 4

令和2年度 1月 活動計画
部活動名【 水泳 】

日	曜	練習内容等 (公式戦・練習試合等)		場所	活動時間			計
1	金	休養日				～		
2	土	休養日				～		
3	日	休養日				～		
4	月	休養日	大会参加者は各自スイミング施設へ			～		
5	火	休養日	大会参加者は各自スイミング施設へ			～		
6	水	休養日	大会参加者は各自スイミング施設へ			～		
7	木	通常練習	大会参加者は各自スイミング施設へ	学校	9:00	～	11:00	2:00
8	金	通常練習	大会参加者は各自スイミング施設へ	学校	15:30	～	17:00	1:30
9	土	休養日	大会参加者は各自スイミング施設へ			～		
10	日	公式戦	春季大会	アクアドーム熊本	10:00	～	12:00	2:00
11	月	休養日				～		
12	火	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
13	水	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
14	木	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
15	金	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
16	土	休養日				～		
17	日	休養日				～		
18	月	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
19	火	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
20	水	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
21	木	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
22	金	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
23	土	休養日				～		
24	日	休養日				～		
25	月	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
26	火	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
27	水	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
28	木	通常練習		学校	16:00	～	17:30	1:30
29	金	休養日	前期特色選抜設営			～		
30	土	休養日				～		
31	日	休養日				～		

休養日計画	15日	活動時間計画	25:00
-------	-----	--------	-------