

令和2年度 1月 活動計画
部活動名【 ハンドボール 】

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			~	
5	火	通常練習	学校	11:00	~ 14:00	3:00
6	水	通常練習	学校	14:00	~ 17:00	3:00
7	木	通常練習	学校	8:00	~ 11:00	3:00
8	金	休養日			~	
9	土	通常練習	学校	11:00	~ 14:00	3:00
10	日	通常練習	学校	13:00	~ 16:00	3:00
11	月	通常練習	学校	8:00	~ 11:00	3:00
12	火	休養日			~	
13	水	通常練習	学校	16:10	~ 17:30	1:20
14	木	通常練習	学校	16:10	~ 18:30	2:20
15	金	通常練習	学校	16:10	~ 18:30	2:20
16	土	通常練習	学校	8:00	~ 11:00	3:00
17	日	通常練習	学校	14:00	~ 17:00	3:00
18	月	休養日			~	
19	火	通常練習	学校	16:10	~ 18:30	2:20
20	水	通常練習	学校	16:10	~ 17:30	1:20
21	木	通常練習	学校	16:10	~ 18:30	2:20
22	金	通常練習	学校	16:10	~ 18:30	2:20
23	土	通常練習	学校	8:00	~ 11:00	3:00
24	日	通常練習	学校	11:00	~ 14:00	3:00
25	月	休養日			~	
26	火	通常練習	学校	16:10	~ 18:30	2:20
27	水	通常練習	学校	16:10	~ 17:30	1:20
28	木	通常練習	学校	16:10	~ 18:30	2:20
29	金	休養日			~	
30	土	休養日			~	
31	日	休養日			~	

休養日計画	11日	活動時間計画	50:20
-------	-----	--------	-------