

別紙 4

令和2年度 2月 活動計画
部活動名【 野球 】

日	曜	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間		計
1	月	休養日			～	
2	火	休養日			～	
3	水	休養日			～	
4	木	休養日			～	
5	金	休養日			～	
6	土	休養日			～	
7	日	休養日			～	
8	月	休養日			～	
9	火	休養日			～	
10	水	休養日			～	
11	木	休養日			～	
12	金	通常練習	学校	13:00	～ 16:00	3:00
13	土	通常練習	学校	9:00	～ 12:00	3:00
14	日	通常練習	学校	9:00	～ 12:00	3:00
15	月	通常練習	学校	16:30	～ 18:30	2:00
16	火	筋カトレーニング	学校	16:30	～ 18:30	2:00
17	水	休養日			～	
18	木	筋カトレーニング	学校	16:30	～ 18:30	2:00
19	金	通常練習	学校	16:30	～ 18:30	2:00
20	土	通常練習	学校	9:00	～ 12:00	3:00
21	日	通常練習	学校	9:00	～ 12:00	3:00
22	月	筋カトレーニング	学校	16:30	～ 18:30	2:00
23	火	通常練習	学校	9:00	～ 12:00	3:00
24	水	休養日			～	
25	木	筋カトレーニング	学校	16:30	～ 18:30	2:00
26	金	通常練習	学校	16:30	～ 18:30	2:00
27	土	通常練習	学校	9:00	～ 12:00	3:00
28	日	通常練習	学校	13:00	～ 16:00	3:00

休養日計画	13日	活動時間計画	38:00
-------	-----	--------	-------