

別紙 4

令和2年度 3月 活動計画
部活動名【 陸上競技部 】

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

休養日計画	8日	活動時間計画	68:30
-------	----	--------	-------