

令和3年度 8月 活動計画
部活動名【 ボクシング部 】

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

休養日計画	10日	活動時間計画	62:30
-------	-----	--------	-------