

別紙4

令和4年度 11月 活動計画
部活動名【 水泳部 】

日	曜	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			計
1	火	筋カトレニング	学校	16:00	～	17:30	1:30
2	水	休養日			～		
3	木	休養日			～		
4	金	筋カトレニング	学校	16:00	～	17:30	1:30
5	土	休養日			～		
6	日	休養日			～		
7	月	休養日	天工祭代休		～		
8	火	筋カトレニング	学校	16:00	～	17:30	1:30
9	水	休養日			～		
10	木	筋カトレニング	学校	16:00	～	17:30	1:30
11	金	休養日	芸術鑑賞		～		
12	土	休養日	天工祭		～		
13	日	休養日			～		
14	月	筋カトレニング	学校	16:00	～	17:30	1:30
15	火	筋カトレニング	学校	16:00	～	17:30	1:30
16	水	休養日			～		
17	木	筋カトレニング	学校	16:00	～	17:30	1:30
18	金	筋カトレニング	学校	16:00	～	17:30	1:30
19	土	休養日			～		
20	日	休養日			～		
21	月	筋カトレニング	学校	16:00	～	17:30	1:30
22	火	休養日	教科書持ち帰り・宅習時間調査		～		
23	水	休養日			～		
24	木	休養日			～		
25	金	休養日			～		
26	土	休養日			～		
27	日	休養日			～		
28	月	休養日			～		
29	火	休養日	期末考査①		～		
30	水	休養日	期末考査②		～		

休養日計画	21日	活動時間計画	13:30
-------	-----	--------	-------