

運動部活動計画・活動実績(月間)

部活動名	柔道	部	氏名	石山 隆英	6	月
------	----	---	----	-------	---	---

実施状況 1: 週休日・祝日の活動日(振替休業等での活動日) 2: 休養日(振替休業日での休養日)
3: 平日活動日 4: 平日休養日

日	曜	予定				実績				実施状況	活動内容	活動場所
		AM		PM	時間	AM		PM	時間			
1	日	8:00	～	～ 17:00	9:00	8:00	～	～ 17:00	9:00	1	関東大会	東京武道館
2	月		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
3	火		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
4	水		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
5	木		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
6	金		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
7	土		～	～	0:00		～	～	0:00	2	自主トレ	
8	日		～	～	0:00		～	～	0:00	2	休養日	
9	月		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
10	火		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
11	水		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
12	木		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
13	金		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
14	土	9:00	～ 12:00	～	3:00	8:30	～ 11:30	～	3:00	1	柔道・トレーニング	柔道場
15	日	8:00	～	～ 17:00	9:00	8:00	～	～ 17:00	9:00	1	インターハイ個人予選	ユウケイ武道館
16	月		～	～	0:00		～	～	0:00	4	休養日	
17	火		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
18	水		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
19	木		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
20	金		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
21	土	9:00	～ 12:00	～	3:00	9:00	～ 12:00	～	3:00	1	柔道・トレーニング	柔道場
22	日	8:00	～	～ 17:00	9:00	8:00	～	～ 17:00	9:00	1	インターハイ団体予選	ユウケイ武道館
23	月		～	～	0:00		～	～	0:00	4	休養日	
24	火		～	12:45 ～ 14:45	2:00		～	12:45 ～ 14:45	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
25	水		～	12:45 ～ 14:45	2:00		～	12:45 ～ 14:45	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
26	木		～	12:45 ～ 14:45	2:00		～	12:45 ～ 14:45	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
27	金		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
28	土	8:00	～	～ 17:00	9:00	8:00	～	～ 17:00	9:00	1	国スポ予選・TIS測定	ユウケイ武道館・TIS
29	日		～	～	0:00		～	～	0:00	4	休養日	
30	月		～	16:20 ～ 18:20	2:00		～	16:20 ～ 18:20	2:00	3	柔道・トレーニング	柔道場
31			～	～	0:00		～	～	0:00			
					80:00				80:00			

[illegible]