2023 年　8 月活動計画　柔道部 部

今月の目標	新人戦に向けて練習に励む

日	曜	予定			実績			活動内容 （場所、練習内容等） 活動場所：神川中柔道場
		開始	終了	時間	開始	終了	時間	
1	火							休み
2	水							休み
3	木	9:00	11:30	2:30				立ち技・寝技
4	金	9:00	11:30	2:30				立ち技・寝技
5	土	9:00	11:30	2:30				立ち技・寝技
6	日							休み
7	月	9:00	11:30	2:30				立ち技・寝技
8	火							休み
9	水							休み
10	木							休み
11	金			0:00				休み
12	土			0:00				部活動休養日
13	日			0:00				
14	月							
15	火			0:00				
16	水			0:00				
17	木	9:00	11:30	2:30				立ち技・寝技
18	金	9:00	11:30	2:30				立ち技・寝技
19	土			0:00				休み
20	日			0:00				休み
21	月	9:00	11:30	2:30				立ち技・寝技
22	火	9:00	11:30	2:30				立ち技・寝技
23	水	9:00	11:30	2:30				立ち技・寝技
24	木	9:00	11:30	2:30				立ち技・寝技
25	金	9:00	11:30	2:30				立ち技・寝技
26	土			0:00				休み
27	日			0:00				休み
28	月	9:00	11:30					立ち技・寝技
29	火							休み
30	水							休み
31	木							部活動休養日

				合計	27:30			合計								