

2020年度

1月

月間計画

所属名	塩釜高等学校	担当部活動	バスケットボール部（男子）
-----	--------	-------	---------------

日	曜	予 定			実 績			備 考
		始期	終期	時間	始期	終期	時間	
1	金	休養日					0:00	
2	土	休養日		0:00			0:00	
3	日	休養日		0:00			0:00	
4	月	9:00	12:00	3:00			0:00	
5	火	13:00	16:00	3:00			0:00	
6	水	9:00	12:00	3:00			0:00	
7	木	16:00	18:00	2:00			0:00	
8	金	17:30	18:30	1:00			0:00	
9	土	16:00	17:30	1:30			0:00	
10	日	休養日		0:00			0:00	
11	月	13:00	16:00	3:00			0:00	
12	火	休養日		0:00			0:00	
13	水	16:00	17:30	1:30			0:00	
14	木	17:30	18:30	1:00			0:00	
15	金	17:30	18:30	1:00			0:00	
16	土	9:00	12:00	3:00			0:00	
17	日	休養日		0:00			0:00	
18	月	17:30	18:30	1:00			0:00	
19	火	休養日		0:00			0:00	
20	水	16:00	17:30	1:30			0:00	
21	木	16:00	18:00	2:00			0:00	
22	金	17:30	18:30	1:00			0:00	
23	土	9:00	12:00	3:00			0:00	
24	日	休養日		0:00			0:00	
25	月	17:30	18:30	1:00			0:00	
26	火	休養日		0:00			0:00	
27	水	16:00	17:30	1:30			0:00	
28	木	17:30	18:30	1:00			0:00	
29	金	17:30	18:30	1:00			0:00	
30	土	9:00	12:00	3:00			0:00	
31	日	休養日		0:00				
合計時間				39:00			0:00	