

月間活動計画表

(女子バレーボール)部

12月

日	曜	活動内容	場 所	活動予定			活動日	休養日	
				開始時刻	～ 終了時刻	活動時間			
1	日							○	
2	月							○	
3	火	練習	宇和島市スポーツ交流センター	12:30	～ 15:00	2.5	○		
4	水	練習	校内	17:00	～ 19:00	2	○		
5	木	練習	宇和島市スポーツ交流センター	17:00	～ 19:00	2	○		
6	金	練習	市内	16:00	～ 19:00	3	○		
7	土	練習	宇和島市スポーツ交流センター	13:00	～ 15:00	2	○		
8	日	練習	宇和島市スポーツ交流センター	12:30	～ 16:30	4	○		
9	月	練習	宇和島市スポーツ交流センター	17:00	～ 19:00	2	○		
10	火							○	
11	水	練習	宇和島市スポーツ交流センター	17:00	～ 19:00	2	○		
12	木	練習	市内	17:00	～ 19:00	2	○		
13	金	練習	市内	16:00	～ 19:00	3	○		
14	土	練習試合	西条西部公園体育館	9:00	～ 17:00	8	○		
15	日	練習	市外(広見中学校)	8:30	～ 16:30	8	○		
16	月							○	
17	火	練習	宇和島市スポーツ交流センター	17:00	～ 19:00	2	○		
18	水	練習	校内	17:00	～ 19:00	2	○		
19	木		宇和島市スポーツ交流センター	13:30	～ 17:30	2		○	
20	金	練習	市内	13:00	～ 16:00	3	○		
21	土	練習	市内	8:30	～ 16:30	8	○		
22	日							○	
23	月							○	
24	火	練習	宇和島市スポーツ交流センター	13:00	～ 15:00	2	○		
25	水	練習	市内	13:00	～ 17:00	4	○		
26	木	練習	宇和島市スポーツ交流センター	13:00	～ 17:00	4	○		
27	金		移動					○	
28	土	練習試合	佐賀遠征	8:30	～ 17:00	8.5	○		
29	日	練習試合	佐賀遠征	8:30	～ 17:00	8.5	○		
30	月	練習試合	佐賀遠征	8:30	～ 12:30	4	○		
31	火							○	
						計	88.5	22	9