

部活動3か月計画
 (バスケットボール) 部

10月

日	曜日	練習時間
1	金	休み
2	土	休み
3	日	休み
4	月	休み
5	火	休み
6	水	休み
7	木	休み
8	金	休み
9	土	休み
10	日	休み
11	月	21:10~22:00
12	火	21:10~22:00
13	水	休み
14	木	21:10~22:00
15	金	21:10~22:00
16	土	休み
17	日	休み
18	月	21:10~22:00
19	火	21:10~22:00
20	水	休み
21	木	21:10~22:00
22	金	21:10~22:00
23	土	休み
24	日	休み
25	月	21:10~22:00
26	火	21:10~22:00
27	水	休み
28	木	21:10~22:00
29	金	21:10~22:00
30	土	休み
31	日	休み

練習日 12

休養日 19

11月

日	曜日	練習時間
1	月	21:10~22:00
2	火	21:10~22:00
3	水	休み
4	木	21:10~22:00
5	金	21:10~22:00
6	土	休み
7	日	休み
8	月	21:10~22:00
9	火	21:10~22:00
10	水	休み
11	木	21:10~22:00
12	金	21:10~22:00
13	土	休み
14	日	休み
15	月	21:10~22:00
16	火	21:10~22:00
17	水	休み
18	木	21:10~22:00
19	金	21:10~22:00
20	土	休み
21	日	休み
22	月	21:10~22:00
23	火	休み
24	水	休み
25	木	21:10~22:00
26	金	21:10~22:00
27	土	休み
28	日	休み
29	月	21:10~22:00
30	火	休み
31		

練習日 16

休養日 14

12月

日	曜日	練習時間
1	水	休み
2	木	休み
3	金	休み
4	土	休み
5	日	休み
6	月	休み
7	火	休み
8	水	休み
9	木	休み
10	金	休み
11	土	
12	日	
13	月	休み
14	火	休み
15	水	21:10~22:00
16	木	21:10~22:00
17	金	21:10~22:00
18	土	
19	日	
20	月	21:10~22:00
21	火	21:10~22:00
22	水	21:10~22:00
23	木	21:10~22:00
24	金	休み
25	土	休み
26	日	休み
27	月	休み
28	火	休み
29	水	休み
30	木	休み
31	金	休み

練習日 11

休養日 20