

2022年 7月活動計画 卓球部

今月の目標 ツツキ強化 横回転サーブ

日	曜	予 定			実 績			活動内容 (場所、練習内容等)	備考	その他 連絡
		開始	終了	時間	開始	終了	時間			
1	金									
2	土									
3	日									
4	月									
5	火									
6	水									
7	木									
8	金									
9	土									
10	日									
11	月									
12	火									
13	水									
14	木									
15	金									
16	土									
17	日									
18	月									
19	火									
20	水									
21	木	7:30	10:00	2:30			プレハブ 基礎→応用	居 面談		
22	金							面談		
23	土	7:30	10:00	2:30			プレハブ 基礎→応用	居		
24	日	7:30	10:00	2:30			プレハブ 基礎→応用	居		
25	月	8:00	10:00	2:00			プレハブ 基礎→応用	居 面談		
26	火							面談		
27	水									
28	木	15:00	17:00	2:00			プレハブ 基礎→応用	加 面談		
29	金									
30	土	7:30	11:00	2:30			プレハブ 基礎→応用	居 北中合同練習		
31	日	7:30	10:00	2:30			プレハブ 基礎→応用	居		
		合計	16:30		合計					