

平成30年度 1 月 活動計画

部活動名	ボート部	代表顧問名	八木 千尋
------	------	-------	-------

日	曜	公式戦・練習試合・合宿等	平日の練習		考査前 (中)練習	休日の活動		休養日	備考
			朝練習	平常練習		午前	午後		
1	火							○	
2	水							○	
3	木							○	
4	金	ウィンターカップ出場(選抜選手)						○	
5	土	ウィンターカップ出場(選抜選手)						○	
6	日	ウィンターカップ出場(選抜選手)					○		
7	月		自主	○					
8	火		自主	○					
9	水		自主	○					
10	木		自主	○					
11	金		自主	○					
12	土	トレーニング合宿(京都選抜候補選手)				○	○		
13	日	トレーニング合宿(京都選抜候補選手)						○	
14	月	トレーニング合宿(京都選抜候補選手)						○	
15	火		自主	○					
16	水		自主	○					
17	木		自主	○					
18	金		自主	○					
19	土					○	○		
20	日							○	
21	月		自主	○					
22	火		自主	○					
23	水		自主	○					
24	木		自主	○					
25	金		自主	○					
26	土							○	
27	日							○	
28	月		自主	○					
29	火		自主	○					
30	水		自主	○					
31	木								

月間休養日合計	10	日
---------	----	---