

令和  
5年

1月

# ハンドボール部

★今月の活動計画

日	曜日	活動時間	活動内容(概要)	日	曜日	活動時間	活動内容(概要)
1	日	OFF		16	月	OFF	
2	月	OFF		17	火	16:30-18:30	練習
3	火	OFF		18	水	16:30-18:30	練習
4	水	13:00-16:00	練習	19	木	16:30-18:30	練習
5	木	9:00-12:00	練習	20	金	16:30-18:30	練習
6	金	13:00-16:00	練習	21	土	13:00-16:00	練習
7	土	9:00-12:00	練習	22	日	9:00-12:00	練習
8	日	13:00-16:00	練習	23	月	OFF	
9	月	9:00-12:00	練習	24	火	16:30-18:30	練習
10	火	OFF		25	水	16:30-18:30	練習
11	水	16:30-18:30	練習	26	木	OFF	練習
12	木	16:30-18:30	練習	27	金	16:30-18:30	練習
13	金	16:30-18:30	練習	28	土	13:00-16:00	練習
14	土	13:00-16:00	練習	29	日	9:00-12:00	練習
15	日	9:00-12:00	練習	30	月	OFF	
				31	火	16:30-18:30	練習