

令和  
5年

8月

# 男子バレーボール部

★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	火	8:30~	練習試合	16	水	OFF	
2	水	8:00~11:00	練習	17	木	~18:30	練習
3	木	OFF	練習	18	金	16:30~	トレーニング
4	金	8:00~11:00	練習	19	土	OFF	
5	土	9:00~12:00	練習	20	日	8:00~11:00	練習
6	日	9:00~12:00	練習試合	21	月	~17:20	練習
7	月	8:00~12:00	練習試合	22	火	OFF	
8	火	OFF		23	水	~18:30	練習
9	水	8:00~11:00	練習	24	木	OFF	
10	木	OFF		25	金	OFF	
11	金	8:00~11:00	練習	26	土	OFF	
12	土	OFF		27	日	13:00~16:00	練習
13	日	OFF		28	月	9:00~12:00	練習
14	月	OFF		29	火	OFF	
15	火	OFF		30	水	~18:30	練習
				31	木	OFF	

