

令和
6年

7月

女子バレーボール部

★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	月	～16:50	練習	16	火	～17:20	ミーティング or トレーニング
2	火	～17:20	ミーティング or トレーニング	17	水	13:30～17:00	練習
3	水	～18:30	練習	18	木	13:30～17:00	練習
4	木	～18:30	練習	19	金		トレーニング
5	金		トレーニング	20	土	13:00～16:00	練習
6	土	8:00～11:00	練習	21	日	8:00～11:00	練習
7	日	OFF		22	月	OFF	
8	月	～16:50	練習	23	火	OFF	
9	火	～17:20	ミーティング or トレーニング	24	水	16:00～18:00	練習
10	水	～18:30	練習	25	木	14:00～16:00	練習
11	木	～18:30	練習	26	金	14:00～17:00	練習
12	金		トレーニング	27	土	14:00～17:00	練習
13	土	8:00～11:00	練習	28	日	OFF	
14	日	13:00～16:00	練習	29	月	14:00～17:00	練習
15	月	OFF		30	火	OFF	
				31	水	14:00～17:00	練習