

第1表-5

硬式テニス部 平成31年4月活動計画・実績

日	曜日	活動計画		活動実績	
		活動内容	活動時間・活動場所等	活動内容	活動時間・活動場所等
1	月	練習	男子練習9:30～11:30	練習	男子練習9:30～11:30
2	火	休養日	off	休養日	off
3	水	休養日	off	休養日	off
4	木	練習	女子練習9:30～11:30	練習	女子練習9:30～11:30
5	金	練習	男子練習9:30～11:30	練習	男子練習9:30～11:30
6	土	休養日	off	休養日	off
7	日	練習	男女個人戦大会練習9:30～12:30	練習	男女個人戦大会練習9:30～12:30
8	月	休養日	off	休養日	off
9	火	練習	練習16:00～18:00	練習	練習16:00～18:00
10	水	練習	大会参加者練習	練習	大会参加者練習
11	木	練習	練習16:00～18:00	練習	練習16:00～18:00
12	金	練習	練習16:00～18:00	練習	練習16:00～18:00
13	土	大会	8ブロック大会予選	大会	8ブロック大会予選
14	日	大会	8ブロック大会予選	大会	8ブロック大会予選
15	月	休養日	off	休養日	off
16	火	練習	練習16:00～18:00	練習	練習16:00～18:00
17	水	練習	off	練習	off
18	木	練習	練習16:00～18:00	練習	練習16:00～18:00
19	金	練習	練習16:00～18:00	練習	練習16:00～18:00
20	土	大会	8ブロック大会予選	大会	8ブロック大会予選
21	日	大会	8ブロック大会予選	大会	8ブロック大会予選
22	月	休養日	off	休養日	off
23	火	練習	練習16:00～18:00	練習	練習16:00～18:00
24	水	練習	off	練習	off
25	木	練習	練習16:00～18:00	練習	練習16:00～18:00
26	金	練習	練習16:00～18:00	練習	練習16:00～18:00
27	土	大会	8ブロック大会予選	大会	8ブロック大会予選
28	日	大会	8ブロック大会予選	大会	8ブロック大会予選
29	月	大会	8ブロック大会予選	大会	8ブロック大会予選
30	火	休養日	off	休養日	off

【活動時間】

平日は2時間程度、週休日(祝日等を含む)・長期休業日は3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。

【休養日】

週当たり2日以上以上の休養日を設ける。(平日は少なくとも1日、週休日は少なくとも1日を休養日とし、休養日が確保できなかった場合は、他の日に振り替える。)