

第1表-3

野球部 令和元年10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 | 火 | 休養日 | | 休養日 | |
| 2 | 水 | 休養日 | | 休養日 | |
| 3 | 木 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 4 | 金 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 5 | 土 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 7:00～10:00 |
| 6 | 日 | 練習試合 | 7:00～15:00 | 練習試合 | 7:00～15:00 |
| 7 | 月 | 休養日 | | 休養日 | |
| 8 | 火 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 9 | 水 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 10 | 木 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 11 | 金 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 12 | 土 | 練習試合 | 7:00～15:00 | 休養日 | |
| 13 | 日 | 休養日 | | 休養日 | |
| 14 | 月 | 大会 | 7:00～15:00 市民大会 | 休養日 | |
| 15 | 火 | 休養日 | | 休養日 | |
| 16 | 水 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 17 | 木 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 18 | 金 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 19 | 土 | 練習試合 | 7:00～15:00 | 休養日 | |
| 20 | 日 | 大会 | 7:00～15:00 多摩武蔵杯 | 大会 | 7:00～15:00 多摩武蔵杯 |
| 21 | 月 | 休養日 | | 休養日 | |
| 22 | 火 | 大会 | 7:00～15:00 市民大会 | 休養日 | |
| 23 | 水 | 休養日 | | 休養日 | |
| 24 | 木 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 25 | 金 | 練習 | 16:00～18:00 | 休養日 | |
| 26 | 土 | 大会 | 7:00～15:00 市民大会 | 大会 | 7:00～15:00 市民大会 |
| 27 | 日 | 大会 | 7:00～15:00 多摩武蔵杯 | 大会 | 7:00～15:00 多摩武蔵杯 |
| 28 | 月 | 休養日 | | 休養日 | |
| 29 | 火 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 30 | 水 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |
| 31 | 木 | 練習 | 16:00～18:00 | 練習 | 16:00～18:00 |

【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 of 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。)