

校長	教頭	主幹教諭	生徒課長	生徒会係

(2019)年度 (ライフル射撃)部月間活動計画

9	月	目標	基礎体力をつける
---	---	----	----------

日	曜	学校行事等	公式戦・練習試合等	主な練習内容	活動実績(計画通りの場合は記入なし)
1	日			休養日	
2	月			休養日	
3	火			休養日	
4	水			基礎練習	
5	木			基礎練習	
6	金			基礎練習	
7	土			休養日	
8	日			休養日	
9	月			基礎練習	
10	火			基礎練習	
11	水			基礎練習	
12	木			基礎練習	
13	金			基礎練習	
14	土			休養日	
15	日			休養日	
16	月			休養日	
17	火			基礎練習	
18	水			基礎練習	
19	木			基礎練習	
20	金			基礎練習	
21	土			休養日	
22	日			休養日	
23	月			休養日	
24	火			基礎練習	
25	水			基礎練習	
26	木			基礎練習	
27	金			休養日	
28	土			休養日	
29	日			休養日	
30	月			基礎練習	
31					

校長	教頭	主幹教諭	生徒課長	生徒会係

実績記入後