

2023 年度

7 月

卓球部

月別活動計画・活動実績表

		活動計画		活動実績		備考
日	曜日	内容	時間	内容	時間	
1	土	練習	4			
2	日	休養日				
3	月	休養日				
4	火	練習	2			
5	水	練習	2			
6	木	練習	2			
7	金	休養日				
8	土	練習	4			
9	日	休養日				
10	月	休養日				
11	火	練習	2			
12	水	練習	2			
13	木	練習	2			
14	金	休養日				
15	土	練習	4			
16	日	休養日				
17	月	休養日				
18	火	練習	2			
19	水	練習	3			
20	木	練習	3			
21	金	休養日				
22	土	練習	4			
23	日	休養日				
24	月	休養日				
25	火	練習	3			
26	水	練習	3			
27	木	休養日				
28	金	休養日				
29	土	練習	4			
30	日	休養日				
31	月	休養日				

2023 年度

8 月

卓球部

月別活動計画・活動実績表

		活動計画		活動実績		備考
日	曜日	内容	時間	内容	時間	
1	火	休養日				
2	水	練習試合	6			
3	木	練習	2			
4	金	休養日				
5	土	練習	4			
6	日	休養日				
7	月	休養日				
8	火	休養日				
9	水	休養日				
10	木	休養日				
11	金	練習試合	6			
12	土	練習	4			
13	日	休養日				
14	月	休養日				
15	火	休養日				
16	水	休養日				
17	木	練習	3			
18	金	休養日				
19	土	練習	4			
20	日	休養日				
21	月	練習	3			
22	火	公式戦	8			
23	水	公式戦	8			
24	木	休養日				
25	金	休養日				
26	土	練習	4			
27	日	休養日				
28	月	休養日				
29	火	練習	3			
30	水	休養日				
31	木	休養日				