

活動時間報告 陸上競技 部

12月		実績（準備・片付け，移動，休息等は実活動時間から除外）				
日	曜日	内容	開始時刻	終了時刻	除外時間	実活動時間
1	日	休み				
2	月	休み				
3	火	練習	15:45	16:30		0:45:00
4	水	練習	15:45	16:30		0:45:00
5	木	練習	15:00	15:30		0:30:00
6	金	練習	15:45	16:30		0:45:00
7	土	練習	13:30	16:30		3:00:00
8	日	休み				
9	月	休み				
10	火	練習	15:45	16:30		0:45:00
11	水	練習	15:45	16:30		0:45:00
12	木	練習	15:00	15:30		0:30:00
13	金	練習	15:45	16:30		0:45:00
14	土	休み				
15	日	休み				
16	月	休み				
17	火	練習	15:45	16:30		0:45:00
18	水	練習	15:45	16:30		0:45:00
19	木	休み				
20	金	練習	15:45	16:30		0:45:00
21	土	休み				
22	日	休み				
23	月	休み				
24	火	練習	7:30	10:30		3:00:00
25	水	練習	7:30	10:30		3:00:00
26	木	練習	7:30	10:30		3:00:00
27	金	休み				
28	土	休み				
29	日	休み				
30	月	休み				
31	火	休み				

内容
練習
練習試合
大会
休み