

12月の予定表

目標 : 地力・体力・スタミナの強化
自分の柔道の幅を広げる

予定の変更の可能性あり

	曜日	予定	備考	
1日	火	練習		17:30~19:30
2日	水	練習		17:30~19:30
3日	木	自主練		
4日	金	OFF		
5日	土	OFF	部活動禁止	
6日	日	OFF		
7日	月	自主練		
8日	火	練習		17:30~19:30
9日	水	練習		17:30~19:30
10日	木	自主練		
11日	金	OFF		
12日	土	練習		10:00~12:00
13日	日	OFF		
14日	月	自主練		
15日	火	練習		17:30~19:30
16日	水	練習		17:30~19:30
17日	木	自主練		
18日	金	OFF		
19日	土	OFF	部活動禁止	
20日	日	OFF		
21日	月	自主練		
22日	火	技の発表会		17:30~19:30
23日	水	大掃除		17:30~19:30
24日	木	OFF	1月5日から練習再開	
25日	金	OFF		
26日	土	OFF		
27日	日	OFF		
28日	月	OFF		
29日	火	OFF	部活動禁止	
30日	水	OFF	部活動禁止	