



(部 活 動 名) (活動計画)

栃本市立栃木東中学校

1 平日の部活動終了時刻について

期 間	練 習 時 間	完 全 下 校

(なお、朝練実施の場合は 7時10分～ 7 時 40 分)

2 活動計画について

日	曜日	活 動 計 画				場 所	備 考
		AM	PM	活 動 内 容 等	時 間 (休養時間等を含む)		
1	火						
2	水						
3	木						
4	金						
5	土						
6	日						
7	月						
8	火						
9	水						
10	木						
11	金						
12	土						
13	日						
14	月						
15	火						
16	水						
17	木						
18	金						
19	土						
20	日						
21	月						
22	火						
23	水						
24	木						
25	金						
26	土						
27	日						
28	月						
29	火						
30	水						
31	木						

◎大会等(練習試合を含む)、○練習、●朝練
※練習は、平日は2時間程度、週休日・休日は3時間程度。ただし大会等で1日になる場合は休養時間を設ける。
※週休日・休日・振替については、活動時間と活動場所を記入する。