

## 女子卓球部 活動計画（1月）

| 日     | 曜 | 活動時間          | 活動内容         |
|-------|---|---------------|--------------|
| 1月1日  | 金 | ～             | 休養日          |
| 1月2日  | 土 | ～             | 休養日          |
| 1月3日  | 日 | ～             | 休養日          |
| 1月4日  | 月 | 13:00 ～ 16:00 | 練習           |
| 1月5日  | 火 | 8:00 ～ 11:00  | 練習           |
| 1月6日  | 水 | 13:00 ～ 16:00 | 練習           |
| 1月7日  | 木 | 8:00 ～ 11:00  | 練習           |
| 1月8日  | 金 | ～             | 休養日          |
| 1月9日  | 土 | 8:00 ～ 11:00  | 練習試合(9人)     |
| 1月10日 | 日 | ～             | 休養日          |
| 1月11日 | 月 | 8:00 ～ 11:00  | 練習試合(11人)    |
| 1月12日 | 火 | ～             | 休養日          |
| 1月13日 | 水 | 16:00 ～ 18:00 | 練習           |
| 1月14日 | 木 | 16:00 ～ 18:00 | 練習           |
| 1月15日 | 金 | 16:00 ～ 18:00 | 練習           |
| 1月16日 | 土 | ～             | 休養日          |
| 1月17日 | 日 | 9:00 ～ 12:00  | 練習試合         |
| 1月18日 | 月 | 16:00 ～ 18:00 | 練習           |
| 1月19日 | 火 | 16:00 ～ 17:00 | 練習(団体メンバーのみ) |
| 1月20日 | 水 | 16:00 ～ 18:00 | 練習           |
| 1月21日 | 木 | 16:00 ～ 18:00 | 練習           |
| 1月22日 | 金 | 16:00 ～ 18:00 | 練習           |
| 1月23日 | 土 | 13:00 ～ 16:00 | 練習           |
| 1月24日 | 日 | 9:00 ～ 17:00  | 県新人大会(団体)    |
| 1月25日 | 月 | ～             | 休養日          |
| 1月26日 | 火 | 16:00 ～ 18:00 | 練習           |
| 1月27日 | 水 | 16:00 ～ 18:00 | 練習           |
| 1月28日 | 木 | 16:00 ～ 18:00 | 練習           |
| 1月29日 | 金 | 16:00 ～ 18:00 | 練習           |
| 1月30日 | 土 | ～             | 休養日          |
| 1月31日 | 日 | ～             | 休養日          |