

## 水泳部 10月活動計画書

日	曜日	予定	活動予定時間	活動内容及び大会参加等
1日	月			
2日	火		2時間程度	体づくり
3日	水			
4日	木		2時間程度	体づくり
5日	金			
6日	土			
7日	日			
8日	月			
9日	火		2時間程度	体づくり
10日	水			
11日	木		2時間程度	体づくり
12日	金			
13日	土			
14日	日			
15日	月			
16日	火		2時間程度	体づくり
17日	水			
18日	木		2時間程度	体づくり
19日	金			
20日	土			
21日	日			
22日	月			
23日	火		2時間程度	体づくり
24日	水			
25日	木		2時間程度	体づくり
26日	金			
27日	土			
28日	日			
29日	月			
30日	火		2時間程度	体づくり
31日	水			