

毎月の活動計画および活動実績

品川区立東海中学校 ソフトテニス部				
令和8年		7 月		活動計画および活動実績
日	曜日	実施予定	活動時間	活動内容・大会参加等
1	水			
2	木	○	放課後 2 時間程度	練習
3	金			
4	土	休	—	—
5	日			
6	月	○	放課後 2 時間程度	練習
7	火	○	放課後 2 時間程度	練習
8	水			
9	木	○	放課後 2 時間程度	練習
10	金			
11	土	○	午後 3 時間程度	練習
12	日			
13	月	○	放課後 2 時間程度	練習
14	火	○	放課後 2 時間程度	練習
15	水			
16	木	○	放課後 2 時間程度	練習
17	金			
18	土	○	午前 3 時間程度	練習
19	日	○	全日	大会
20	月	休	—	—
21	火			
22	水			
23	木			
24	金			
25	土			
26	日			
27	月			
28	火			
29	水			
30	木			
31	金			
【前月の活動】 基礎練習（乱打、ボレー、一本打ち、ミニゲーム）				