

2019年度 前期・後期 水泳

部年間活動計画

前期	年間目標	競泳とシンクロを両立させる			
	活動日 (曜日) *学期中	月・木・金	長期休業期間中の活動	あり なし	
	活動時間 *変更有り	平日 1	月・金 15:30~17:45	休日	: ~ :
		平日 2	木 16:00 ~17:45		
休養日 (曜日)	火・水・土・日				
後期	年間目標	事故を起こさない			
	活動日 (曜日) *学期中	月・金・(木)	長期休業期間中の活動	あり・なし	
	活動時間 *変更有り	平日 1	月・金 15:30~17:45	休日	: ~ :
		平日 2	: ~ :		
休養日 (曜日)	火・水・土・日				
	月	前期	後期		
主な活動予定 (大会・合宿等)	4月	陸トレ	陸トレ		
	5月	陸トレ	陸トレ		
	6月	スイム練	スイム練		
	7月	スイム練・附属校戦	スイム練		
	8月	スイム練	スイム練		
	9月	スイム練	スイム練		
	10月	陸トレ	陸トレ		
	11月	陸トレ	陸トレ		
	12月	陸トレ	陸トレ		
	1月	陸トレ	陸トレ		
	2月	陸トレ	陸トレ		
	3月	陸トレ	陸トレ		