

柔道部 2022 年度年間活動計画			
年間目標	個人戦東京都ベスト4以上、団体戦東京都入賞 その他生徒個々の目標を達成する		
顧問氏名	松岡圭一		
活動日	週 6 日	休養日 日曜日	
活動時間	平日 16:00 ~ 18:00 土曜日 14:00 ~ 16:00 休日（練習試合を除く） 2時間		
活動場所	柔道場等		
参加予定大会・合宿等			
4、5月	関東大会予選、インターハイ予選		
6月	東京都ジュニア選手権、国体予選		
7、8月	遠征合宿（可能なら）		
9月	学年別大会		
11、12月	支部新人大会 / 遠征合宿（可能なら）		
1月	全国高校選手権予選		
3月	遠征合宿（可能なら）		
年間活動計画			
4月	5月	6月	7月
柔道、 ウェイトトレーニング	柔道、 ウェイトトレーニング	柔道、 ウェイトトレーニング ランニング	柔道、 ウェイトトレーニング 遠征
8月	9月	10月	11月
柔道、 ウェイトトレーニング 遠征	柔道、 ウェイトトレーニング	柔道、 ウェイトトレーニング ランニング	柔道、 ウェイトトレーニング
12月	1月	2月	3月
柔道、 ウェイトトレーニング 遠征	柔道、 ウェイトトレーニング	柔道、 ウェイトトレーニング ランニング	柔道、 ウェイトトレーニング 遠征

※上記は原則であり、時期によって変動がある場合があります。