

(女子バスケットボール部)部 記入者 ()

	4月				5月				6月				7月				
	計画		実績		計画		実績		計画		実績		計画		実績		
	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	
	合計	9			合計	17	72:00			合計	17			合計	10		
1日	月	休養日			水	休養日			土		3時間			月	休養日		
2日	火	休養日			木		2時間		日	休養日				火	休養日		
3日	水		2時間		金		2時間		月		2時間			水	休養日		
4日	木		2時間		土		3時間		火		2時間			木		2時間	
5日	金		2時間		日	休養日			水	休養日				金		2時間	
6日	土		3時間		月		2時間		木		2時間			土		3時間	
7日	日	休養日			火		2時間		金	大会等	6時間			日	休養日		
8日	月		2時間		水	休養日			土	大会等	6時間			月		2時間	
9日	火		2時間		木		2時間		日	休養日				火		2時間	
10日	水	休養日			金		2時間		月		2時間			水	休養日		
11日	木		2時間		土		72:00		火		2時間			木		2時間	
12日	金		2時間		日	休養日			水	休養日				金		2時間	
13日	土	大会等	6時間		月		2時間		木		2時間			土		3時間	
14日	日	休養日			火		2時間		金		2時間			日	休養日		
15日	月		2時間		水	休養日			土		3時間			月		3時間	
16日	火		2時間		木		2時間		日	休養日				火		2時間	
17日	水	休養日			金		2時間		月		2時間			水	休養日		
18日	木		2時間		土	休養日			火		2時間			木		2時間	
19日	金		2時間		日	休養日			水	休養日				金		2時間	
20日	土		3時間		月	休養日			木		2時間			土		2時間	
21日	日	休養日			火	休養日			金	休養日				日	休養日		
22日	月		2時間		水	休養日			土	休養日				月		2時間	
23日	火		2時間		木	休養日			日	休養日				火		2時間	
24日	水	休養日			金	休養日			月	休養日				水	休養日		
25日	木		2時間		土	休養日			火	休養日				木		2時間	
26日	金		2時間		日	休養日			水	休養日				金		2時間	
27日	土		3時間		月	休養日			木	休養日				土		2時間	
28日	日	休養日			火	休養日			金	休養日				日	大会等	6時間	
29日	月		2時間		水	休養日			土	休養日				月	大会等	6時間	
30日	火		2時間		木		2時間		日	休養日				火		2時間	
31日					金		2時間			休養日				水	休養日		

	8月				9月				10月				11月			
	計画		実績		計画		実績		計画		実績		計画		実績	
	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間
	合計	13			合計	15			合計	11			合計	14		
1日	木		2時間		日	休養日			火	休養日			金		2時間	
2日	金		2時間		月	休養日			水	休養日			土		3時間	
3日	土		3時間		火	休養日			木	休養日			日	休養日		
4日	日	休養日			水	休養日			金		2時間		月		2時間	
5日	月		2時間		木		2時間		土		3時間		火		2時間	
6日	火		2時間		金		2時間		日	休養日			水	休養日		
7日	水	休養日			土		3時間		月		2時間		木		2時間	
8日	木		2時間		日	休養日			火		2時間		金		2時間	
9日	金		2時間		月		2時間		水	休養日			土		3時間	
10日	土		3時間		火		2時間		木		2時間		日	休養日		
11日	日	休養日			水	休養日			金		2時間		月		2時間	
12日	月	休養日			木		2時間		土	休養日			火		2時間	
13日	火	休養日			金		2時間		日	休養日			水	休養日		
14日	水	休養日			土		3時間		月		2時間		木		2時間	
15日	木	休養日			日	休養日			火		2時間		金		2時間	
16日	金	休養日			月		2時間		水	休養日			土		3時間	
17日	土	休養日			火		2時間		木		2時間		日	休養日		
18日	日	休養日			水	休養日			金		2時間		月		2時間	
19日	月		2時間		木		2時間		土	大会等	6時間		火		2時間	
20日	火		2時間		金		2時間		日	大会等	6時間		水	休養日		
21日	水	休養日			土		3時間		月		2時間		木	休養日		
22日	木		2時間		日	休養日			火		3時間		金	休養日		
23日	金		2時間		月		2時間		水	休養日			土	休養日		
24日	土		3時間		火		2時間		木		2時間		日	休養日		
25日	日	休養日			水	休養日			金		2時間		月	休養日		
26日	月		2時間		木	休養日			土		3時間		火	休養日		
27日	火		2時間		金	休養日			日	休養日			水	休養日		
28日	水	休養日			土	休養日			月		2時間		木	休養日		
29日	木		2時間		日	休養日			火		2時間		金		2時間	
30日	金		2時間		月	休養日			水	休養日			土		3時間	
31日	土		3時間						木		2時間					

	12月				1月				2月				3月			
	計画		実績		計画		実績		計画		実績		計画		実績	
	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日	活動総時間	休養日等	活動総時間	休養日等	活動総時間
	合計	12			合計	14			合計	14			合計	12		
1日	日	休養日			水	休養日			土		3時間		日	休養日		
2日	月		2時間		木	休養日			日	休養日			月		2時間	
3日	火		2時間		金	休養日			月		2時間		火		2時間	
4日	水	休養日			土	休養日			火		2時間		水	休養日		
5日	木		2時間		日	休養日			水	休養日			木		2時間	
6日	金		2時間		月	休養日			木		2時間		金	休養日		
7日	土		3時間		火	休養日			金		2時間		土	休養日		
8日	日	休養日			水	休養日			土		3時間		日	休養日		
9日	月		2時間		木		2時間		日	休養日			月	休養日		
10日	火		2時間		金		2時間		月		2時間		火		2時間	
11日	水	休養日			土		3時間		火		2時間		水	休養日		
12日	木		2時間		日	休養日			水	休養日			木		2時間	
13日	金		2時間		月		2時間		木		2時間		金		2時間	
14日	土		3時間		火		2時間		金		2時間		土		3時間	
15日	日	休養日			水	休養日			土		3時間		日	休養日		
16日	月		2時間		木		2時間		日	休養日			月		2時間	
17日	火		2時間		金		2時間		月		2時間		火		2時間	
18日	水	休養日			土		3時間		火		2時間		水	休養日		
19日	木		2時間		日	休養日			水	休養日			木		2時間	
20日	金		2時間		月		2時間		木	休養日			金		3時間	
21日	土		3時間		火		2時間		金	休養日			土		3時間	
22日	日	休養日			水	休養日			土	休養日			日	休養日		
23日	月		2時間		木		2時間		日	休養日			月		2時間	
24日	火		2時間		金		2時間		月	休養日			火		2時間	
25日	水	休養日			土		3時間		火	休養日			水	休養日		
26日	木		2時間		日	休養日			水	休養日			木		2時間	
27日	金		2時間		月		2時間		木	休養日			金		2時間	
28日	土	休養日			火		2時間		金		2時間		土		3時間	
29日	日	休養日			水	休養日			土				日	休養日		
30日	月	休養日			木		2時間						月		2時間	
31日	火	休養日			金		2時間						火		2時間	