

( ソフトテニス )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	8	59:00			合計	19	29:00			合計	14	26:00			合計	9	44:00		
1日	月		3:00			水		3:00			土		3:00			月	休養日			
2日	火		3:00			木	休養日				日	休養日				火		2:00		
3日	水		3:00			金	休養日				月		2:00			水	休養日			
4日	木		3:00			土	休養日				火		2:00			木		2:00		
5日	金		3:00			日	休養日				水	休養日				金		2:00		
6日	土		3:00			月	休養日				木		2:00			土		3:00		
7日	日	休養日				火		2:00			金	大会等				日	休養日			
8日	月		3:00			水	休養日				土	大会等				月		2:00		
9日	火	休養日				木		2:00			日	休養日				火		2:00		
10日	水	休養日				金		2:00			月		2:00			水	休養日			
11日	木		2:00			土		3:00			火		2:00			木		2:00		
12日	金		2:00			日	休養日				水	休養日				金		2:00		
13日	土		3:00			月		2:00			木		2:00			土	大会等			
14日	日	休養日				火		2:00			金		2:00			日	大会等			
15日	月		2:00			水	休養日				土	大会等				月	休養日			
16日	火		2:00			木		2:00			日	大会等				火		2:00		
17日	水	休養日				金		2:00			月		2:00			水	休養日			
18日	木		2:00			土	休養日				火		2:00			木		2:00		
19日	金		3:00			日	休養日				水	休養日				金		2:00		
20日	土	大会等				月	休養日	3:00			木		2:00			土		3:00		
21日	日	休養日				火	休養日				金	休養日				日	休養日			
22日	月		3:00			水	休養日				土	休養日				月		3:00		
23日	火		3:00			木	休養日				日	休養日				火		3:00		
24日	水	休養日				金	休養日				月		3:00			水	大会等			
25日	木		2:00			土	休養日				火	休養日				木	大会等			
26日	金		3:00			日	休養日				水	休養日				金		3:00		
27日	土		4:00			月	休養日				木	休養日				土		3:00		
28日	日	休養日				火		2:00			金	休養日				日	休養日			
29日	月		3:00			水	休養日				土	休養日				月		3:00		
30日	火		4:00			木		2:00			日	休養日				火		3:00		
31日						金		2:00								水	休養日			



	12月				1月				2月				3月							
		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					
	合計	12	45:00			合計	14	38:00			合計	14	35:00			合計	10	48:00		
1日	日	休養日				水	休養日				土		3:00			日	休養日			
2日	月		2:00			木	休養日				日	休養日				月		2:00		
3日	火		2:00			金	休養日				月		2:00			火		2:00		
4日	水	休養日				土	休養日				火		2:00			水	休養日			
5日	木		2:00			日	休養日				水	休養日				木		2:00		
6日	金		2:00			月	休養日				木		2:00			金		2:00		
7日	土		3:00			火	休養日				金		2:00			土	休養日			
8日	日	休養日				水	休養日				土		3:00			日	休養日			
9日	月		2:00			木		2:00			日	休養日				月		3:00		
10日	火		2:00			金		2:00			月		2:00			火		2:00		
11日	水	休養日				土		3:00			火		3:00			水	休養日			
12日	木		2:00			日	休養日				水	休養日				木		2:00		
13日	金		2:00			月		3:00			木		2:00			金		2:00		
14日	土		3:00			火		2:00			金		2:00			土				
15日	日	休養日				水	休養日				土		3:00			日	休養日			
16日	月		2:00			木		2:00			日	休養日				月		2:00		
17日	火		2:00			金		2:00			月		2:00			火		2:00		
18日	水	休養日				土		3:00			火		2:00			水	休養日			
19日	木		2:00			日	休養日				水	休養日				木		2:00		
20日	金		2:00			月		2:00			木	休養日				金		3:00		
21日	土		3:00			火		2:00			金	休養日				土		3:00		
22日	日	休養日				水	休養日				土	休養日				日	休養日			
23日	月		3:00			木		2:00			日	休養日				月		2:00		
24日	火		3:00			金		2:00			月	休養日				火		2:00		
25日	水	休養日				土		3:00			火	休養日				水	休養日			
26日	木		3:00			日	休養日				水	休養日				木		3:00		
27日	金		3:00			月		2:00			木	休養日				金		3:00		
28日	土	休養日				火		2:00			金		2:00			土		3:00		
29日	日	休養日				水	休養日				土		3:00			日	休養日			
30日	月	休養日				木		2:00								月		3:00		
31日	火	休養日				金		2:00								火		3:00		