

(男子ソフトテニス)部 記入者(石原 光)

	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	12	52:00	13	36:00	合計	13	44:00	14	43:00	合計	15	42:00	3	16:00	合計	8	58:00	0	0:00
1日	土	休養日				月	休養日		休養日		木		2:00		2:00	土		4:00		
2日	日	休養日				火		2:00		2:00	金	大会等	4:00	休養日		日	休養日			
3日	月	休養日				水		4:00	大会等	7:00	土	大会等	6:00	大会等	6:00	月		2:00		
4日	火		2:00		2:00	木		4:00		2:00	日	休養日		大会等	6:00	火		2:00		
5日	水		2:00		2:00	金	休養日		休養日		月		2:00		2:00	水	休養日			
6日	木		2:00		2:00	土	休養日		休養日		火		2:00	休養日		木		2:00		
7日	金		2:00	休養日		日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		2:00		
8日	土	大会等	8:00	大会等	8:00	月		2:00		2:00	木		2:00			土		4:00		
9日	日	休養日		休養日		火		2:00		2:00	金		2:00			日	休養日			
10日	月	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土		4:00			月		2:00		
11日	火	休養日		休養日		木		2:00		2:00	日	休養日				火		2:00		
12日	水	休養日		休養日		金		2:00		2:00	月		2:00			水	休養日			
13日	木		2:00		2:00	土	休養日		休養日		火		2:00			木		2:00		
14日	金		2:00		2:00	日	休養日		休養日		水	休養日				金		2:00		
15日	土	大会等	8:00	休養日		月	休養日		休養日		木		2:00			土		4:00		
16日	日	休養日		休養日		火		2:00		2:00	金		2:00			日		4:00		
17日	月		2:00		2:00	水	休養日		休養日		土		4:00			月	休養日			
18日	火		2:00	休養日		木		2:00		2:00	日	休養日				火		2:00		
19日	水	休養日		休養日		金	休養日		休養日		月	休養日				水	休養日			
20日	木		2:00		2:00	土		4:00		4:00	火	休養日				木		2:00		
21日	金		2:00		2:00	日	休養日		休養日		水	休養日				金		2:00		
22日	土		4:00		4:00	月		2:00		2:00	木	休養日				土		4:00		
23日	日	休養日		休養日		火		2:00		2:00	金	休養日				日	休養日			
24日	月		2:00		2:00	水	休養日		休養日		土		4:00			月		2:00		
25日	火		2:00	休養日		木		2:00		2:00	日	休養日				火		2:00		
26日	水	休養日		休養日		金		2:00		2:00	月	休養日				水		2:00		
27日	木		2:00		2:00	土		4:00		4:00	火	休養日				木		2:00		
28日	金		2:00		2:00	日	休養日		休養日		水	休養日				金		2:00		
29日	土		4:00		2:00	月		2:00		2:00	木		2:00			土		4:00		
30日	日	休養日		休養日		火		2:00	休養日		金	休養日				日	休養日			
31日						水		2:00		2:00						月		2:00		

	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	12	44:00	0	0:00	合計	14	44:00	0	0:00	合計	7	56:30	0	0:00	合計	15	33:00	0	0:00
1日	火		2:00			金		2:00			日	休養日				水		1:00		
2日	水		2:00			土		4:00			月		1:30			木		1:00		
3日	木		2:00			日	休養日				火		1:30			金		4:00		
4日	金		2:00			月		2:00			水	休養日				土		4:00		
5日	土		4:00			火		2:00			木		1:30			日	休養日			
6日	日	休養日				水	休養日				金		1:30			月		1:00		
7日	月		2:00			木		2:00			土		4:00			火		1:00		
8日	火		2:00			金		2:00			日	休養日				水	休養日			
9日	水		2:00			土		4:00			月		1:30			木		1:00		
10日	木		2:00			日	休養日				火		1:30			金		1:00		
11日	金	休養日				月		2:00			水	休養日				土		4:00		
12日	土	休養日				火		2:00			木		1:30			日	休養日			
13日	日	休養日				水	休養日				金		1:30			月		1:00		
14日	月	休養日				木		2:00			土		4:00			火	休養日			
15日	火	休養日				金		2:00			日	休養日				水	休養日			
16日	水	休養日				土		4:00			月		1:30			木	休養日			
17日	木	休養日				日		4:00			火		1:30			金	休養日			
18日	金	休養日				月	休養日				水		1:30			土		4:00		
19日	土		4:00			火	休養日				木		1:30			日	休養日			
20日	日	休養日				水	休養日				金		1:30			月	休養日			
21日	月		2:00			木	休養日				土	大会等	8:00			火	休養日			
22日	火		2:00			金	休養日				日	大会等	8:00			水	休養日			
23日	水		2:00			土		4:00			月		1:30			木		4:00		
24日	木		2:00			日	休養日				火		1:30			金	休養日			
25日	金		2:00			月	休養日				水	休養日				土		4:00		
26日	土		4:00			火	休養日				木		1:30			日	休養日			
27日	日	休養日				水	休養日				金		1:30			月		1:00		
28日	月		2:00			木	休養日				土		4:00			火	休養日			
29日	火		2:00			金		2:00			日	休養日				水	休養日			
30日	水		2:00			土		4:00			月		1:30			木		1:00		
31日	木	休養日									火		1:30							

