

(女子ソフトテニス)部 記入者(山本 英子)

	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	7	40:00	合計	9	47:00	9	43:00	合計	14	53:00	14	50:00	合計	7	71:30	6	67:30
1日	土	休養日		休養日		月		2:00		中止	木		2:00		2:00	土		3:00		3:00
2日	日	休養日		休養日		火		2:00		2:00	金	大会等	7:00	大会等	7:00	日	休養日		休養日	
3日	月		3:00		3:00	水		3:00		3:00	土	大会等	7:00	大会等	7:00	月		2:00		2:00
4日	火		3:00		3:00	木		3:00		3:00	日	休養日		休養日		火		2:00		2:00
5日	水	休養日		休養日		金		3:00		3:00	月		2:00		2:00	水	休養日		休養日	
6日	木		3:00		3:00	土	休養日		休養日		火		2:00		2:00	木		2:00		2:00
7日	金		3:00		3:00	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		2:00		2:00
8日	土	大会等	7:00	大会等	7:00	月		2:00		2:00	木		2:00		2:00	土		3:00		3:00
9日	日	休養日				火		2:00		2:00	金		2:00		2:00	日	休養日		休養日	
10日	月	休養日				水	休養日		休養日		土		3:00		3:00	月		2:00		2:00
11日	火	休養日				木		2:00		2:00	日	休養日		休養日		火		2:00		2:00
12日	水	休養日			1:00	金		2:00		2:00	月		2:00		2:00	水	休養日		休養日	
13日	木		2:00		2:00	土	大会等	0:00	大会等	0:00	火		2:00		2:00	木		2:00		2:00
14日	金		2:00		1:00	日		2:00	休養日		水	休養日		休養日		金		2:00		2:00
15日	土	大会等	7:00		延期	月		2:00		3:00	木		2:00		2:00	土		3:00		3:00
16日	日	休養日			中止	火		2:00		2:00	金		2:00		2:00	日	休養日		休養日	
17日	月		2:00		2:00	水	休養日		休養日		土	大会等	7:00	大会等	7:00	月		3:00		3:00
18日	火		2:00		0:00	木		2:00		2:00	日	大会等	7:00	大会等	4:00	火		2:00		2:00
19日	水	休養日		休養日		金	休養日		休養日		月	休養日		休養日		水		1:30		1:30
20日	木		2:00		2:00	土		3:00		3:00	火	休養日		休養日		木		2:00		2:00
21日	金		2:00		2:00	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		2:00		3:00
22日	土		3:00		3:00	月		2:00		2:00	木	休養日		休養日		土	大会等	8:00	大会等	4:00
23日	日	休養日		休養日		火		2:00		2:00	金	休養日		休養日		日	休養日		休養日	
24日	月		2:00		2:00	水	休養日		休養日		土	休養日		休養日		月		3:00		3:00
25日	火		2:00		2:00	木		2:00		2:00	日	休養日		休養日		火		3:00		3:00
26日	水	休養日		休養日		金		2:00		2:00	月	休養日		休養日		水	大会等	7:00	大会等	7:00
27日	木		2:00		2:00	土		3:00		3:00	火	休養日		休養日		木		3:00		2:00
28日	金		2:00		2:00	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		3:00		3:00
29日	土		3:00		中止	月		2:00		2:00	木		2:00		2:00	土	大会等	6:00	大会等	6:00
30日	日	休養日		休養日		火		2:00		中止	金		2:00		2:00	日	休養日			
31日						水	休養日			1:00						月		3:00		3:00

	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	14	51:00	19	36:00	合計	12	32:00	13	31:00	合計	9	41:00	7	38:30	合計	17	18:00	12	24:30
1日	火		3:00		3:00	金					日	休養日		休養日		水	休養日		休養日	
2日	水	休養日		休養日		土		3:00		3:00	月		2:00		2:00	木		1:00		1:00
3日	木		3:00		3:00	日	休養日		休養日		火		2:00	休養日		金		3:00		2:00
4日	金		3:00		3:00	月		2:00		2:00	水	休養日			2:00	土		3:00		3:00
5日	土	休養日		休養日		火		2:00		2:00	木		2:00		2:00	日	休養日			3:00
6日	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		2:00		0:00	月		1:00		0:00
7日	月		3:00		3:00	木		2:00		2:00	土		3:00	大会等		火		1:00		1:00
8日	火		3:00		3:00	金		2:00		2:00	日	休養日			3:00	水	休養日			1:30
9日	水	休養日		休養日		土		3:00		3:00	月		3:00		3:00	木		1:00		1:00
10日	木		3:00		3:00	日	休養日		休養日		火		2:00		2:00	金		1:00		2:00
11日	金		3:00	休養日		月		2:00		2:00	水	休養日			1:00	土	大会等		大会等	
12日	土	休養日		休養日		火		2:00		2:00	木		2:00		2:00	日	休養日		休養日	
13日	日	休養日		休養日		水	休養日			1:00	金		2:00		2:00	月		1:00		1:00
14日	月	休養日		休養日		木		2:00		2:00	土	大会等		大会等		火	休養日		休養日	
15日	火	休養日		休養日		金		2:00		2:00	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日	
16日	水	休養日		休養日		土	大会等		大会等		月		1:30		1:30	木	休養日		休養日	
17日	木		3:00		3:00	日	休養日		休養日		火		1:30		1:30	金	休養日		休養日	
18日	金		3:00		3:00	月		3:00		3:00	水	休養日		休養日		土	休養日			2:00
19日	土		3:00		3:00	火	休養日		休養日		木		1:30		1:30	日	休養日		休養日	
20日	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		1:30		1:30	月	休養日		休養日	
21日	月		3:00	休養日		木	休養日		休養日		土		3:00		3:00	火	休養日		休養日	
22日	火		3:00	休養日		金	休養日		休養日		日	休養日		休養日		水	休養日			2:00
23日	水	休養日		休養日		土			休養日		月		1:30		1:30	木	休養日		大会等	
24日	木		3:00	休養日		日			休養日		火		1:30	大会等	0:00	金	休養日		休養日	
25日	金		3:00	休養日		月	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土		3:00		3:00
26日	土		3:00		3:00	火	休養日		休養日		木		1:30		1:30	日	休養日		休養日	
27日	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		1:30		1:30	月		1:00		1:00
28日	月		3:00		3:00	木		2:00		0:00	土		3:00		3:00	火		1:00		0:00
29日	火		3:00		3:00	金		2:00		2:00	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日	
30日	水	休養日		休養日		土		3:00		3:00	月		1:30		1:30	木		1:00		1:00
31日	木	休養日		休養日							火		1:30		1:30					

