（　　ソフトテニス女子　　）部　　記入者（　中川　敬太　）

	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	7	49:00		45:00	合計	7	27:30		16:30	合計	6	28:30			合計	6	49:30		
1日	月	休養日				水	休養日				土		3:00			月		1:30		
2日	火		3:00		3:00	木	休養日				日	休養日				火		1:30		
3日	水		3:00		3:00	金		3:00		3:00	月		1:30			水	休養日			
4日	木		3:00		3:00	土		3:00		3:00	火		1:30			木		1:30		
5日	金		3:00		3:00	日		3:00		3:00	水	休養日				金		1:30		
6日	土	大会等	3:00		3:00	月	休養日				木		1:30			土		3:00		
7日	日					火		1:30		1:30	金	大会等	3:00			日	休養日			
8日	月		1:30		1:30	水	休養日				土	大会等	3:00			月		1:30		
9日	火		1:30		1:30	木		1:30		1:30	日	休養日				火		1:30		
10日	水	休養日				金		1:30		1:30	月		1:30			水	休養日			
11日	木		1:30		1:30	土		3:00		3:00	火		1:30			木		1:30		
12日	金		1:30		1:30	日	休養日				水	休養日				金		1:30		
13日	土	大会等	3:00		3:00	月		1:30			木		1:30			土	大会等	3:00		
14日	日					火		1:30			金		1:30			日	大会等			
15日	月		2:30		2:30	水	休養日				土	大会等	3:00			月				
16日	火		2:30		2:30	木		1:30			日	大会等	3:00			火		1:30		
17日	水	休養日				金		0:30			月					水	休養日			
18日	木		2:30		2:30	土					火					木		1:30		
19日	金		2:30		2:30	日		3:00			水	休養日				金		1:30		
20日	土	大会等	3:00		3:00	月					木					土		3:00		
21日	日	休養日				火					金					日				
22日	月		1:30		1:30	水					土					月		3:00		
23日	火		1:30		1:30	木					日					火		3:00		
24日	水	休養日			1:30	金					月					水	大会等	3:00		
25日	木		1:30			土					火					木	大会等	3:00		
26日	金		1:30		0:30	日					水					金	休養日			
27日	土	大会等	3:00		3:00	月					木					土		3:00		
28日	日	大会等	3:00			火					金					日	休養日			
29日	月	休養日				水	休養日				土		3:00			月		3:00		
30日	火	休養日				木		1:30			日	休養日				火		3:00		
31日						金		1:30								水		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	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					合計					合計					合計				
1日	木					日					火					金				
2日	金					月					水					土				
3日	土					火					木					日				
4日	日					水					金					月				
5日	月					木					土					火				
6日	火					金					日					水				
7日	水					土					月					木				
8日	木					日					火					金				
9日	金					月					水					土				
10日	土					火					木					日				
11日	日					水					金					月				
12日	月					木					土					火				
13日	火					金					日					水				
14日	水					土					月					木				
15日	木					日					火					金				
16日	金					月					水					土				
17日	土					火					木					日				
18日	日					水					金					月				
19日	月					木					土					火				
20日	火					金					日					水				
21日	水					土					月					木				
22日	木					日					火					金				
23日	金					月					水					土				
24日	土					火					木					日				
25日	日					水					金					月				
26日	月					木					土					火				
27日	火					金					日					水				
28日	水					土					月					木				
29日	木					日					火					金				
30日	金					月					水					土				
31日	土										木									

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