

(陸上)部 記入者(森重 敬良)

	令和6年 4月					年 5月					年 6月					年 7月					年 8月					年 9月				
		計画		実績			計画		実績			計画		実績			計画		実績			計画		実績			計画		実績	
		休養日等	活動時間	休養日等	活動時間		休養日等	活動時間	休養日等	活動時間		休養日等	活動時間	休養日等	活動時間		休養日等	活動時間	休養日等	活動時間		休養日等	活動時間	休養日等	活動時間		休養日等	活動時間	休養日等	活動時間
	合計	14	30:30	14	30:30	合計	15	19:15	15	19:15	合計	17	23:00	17	23:00	合計	10	35:30	10	35:30	合計	17	24:00	17	24:00	合計	11	31:30	11	31:30
1日	月		3:00		3:00	水	休養日		休養日		土		3:00		3:00	月	休養日		休養日		木		2:00		2:00	日	休養日		休養日	
2日	火		3:00		3:00	木		1:15		1:15	日	休養日		休養日		火	休養日		休養日		金		2:00		2:00	月		2:00		2:00
3日	水	休養日		休養日		金	休養日		休養日		月		2:00		2:00	水	休養日		休養日		土					火		1:15		1:15
4日	木		3:00		3:00	土	休養日		休養日		火		1:15		1:15	木		1:15		1:15	日					水		2:00		2:00
5日	金		3:00		3:00	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		1:15		1:15	月		2:00		2:00	木		1:15		1:15
6日	土	休養日		休養日		月	休養日		休養日		木		1:15		1:15	土		3:00		3:00	火		2:00		2:00	金	休養日		休養日	
7日	日	休養日		休養日		火		1:15		1:15	金	休養日		休養日		日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土		3:00		3:00
8日	月	休養日		休養日		水		1:15		1:15	土	休養日		休養日		月		1:30		1:30	木		2:00		2:00	日	休養日		休養日	
9日	火	休養日		休養日		木		1:15		1:15	日	休養日		休養日		火		1:15		1:15	金	休養日		休養日		月		2:00		2:00
10日	水	休養日		休養日		金		1:15		1:15	月	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土	休養日		休養日		火		1:15		1:15
11日	木		1:15		1:15	土	大会等		大会等		火		1:15		1:15	木		1:15		1:15	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日	
12日	金		1:15		1:15	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		1:15		1:15	月	休養日		休養日		木		1:15		1:15
13日	土	休養日		休養日		月	休養日		休養日		木		1:15		1:15	土	大会等		大会等		火	休養日		休養日		金		1:15		1:15
14日	日	休養日		休養日		火	休養日		休養日		金		1:15		1:15	日	大会等		大会等		水	休養日		休養日		土		3:00		3:00
15日	月	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土		3:00		3:00	月	休養日		休養日		木	休養日		休養日		日	休養日		休養日	
16日	火		1:15		1:15	木	休養日		休養日		日	休養日		休養日		火		1:15		1:15	金	休養日		休養日		月	休養日		休養日	
17日	水	休養日		休養日		金	休養日		休養日		月		2:00		2:00	水	休養日		休養日		土	休養日		休養日		火		1:15		1:15
18日	木		1:15		1:15	土		3:00		3:00	火		1:15		1:15	木		1:15		1:15	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日	
19日	金		1:15		1:15	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		1:15		1:15	月	休養日		休養日		木		1:15		1:15
20日	土		3:00		3:00	月		1:15		1:15	木		1:15		1:15	土	休養日		休養日		火		2:00		2:00	金		1:15		1:15
21日	日	休養日		休養日		火		1:15		1:15	金		1:15		1:15	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土		3:00		3:00
22日	月		1:15		1:15	水		1:15		1:15	土		3:00		3:00	月		3:00		3:00	木		2:00		2:00	日	休養日		休養日	
23日	火		1:15		1:15	木	休養日		休養日		日	休養日		休養日		火		3:00		3:00	金		2:00		2:00	月	休養日		休養日	
24日	水	休養日		休養日		金		1:15		1:15	月	休養日		休養日		水		3:00		3:00	土	休養日		休養日		火	休養日		休養日	
25日	木		1:15		1:15	土	大会等		大会等		火	休養日		休養日		木		3:00		3:00	日	休養日		休養日		水		2:00		2:00
26日	金		1:15		1:15	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		3:00		3:00	月		2:00		2:00	木		1:15		1:15
27日	土		3:00		3:00	月		1:15		1:15	木	休養日		休養日		土	大会等		大会等		火		2:00		2:00	金		1:15		1:15
28日	日	休養日		休養日		火		1:15		1:15	金	休養日		休養日		日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土	大会等		大会等	
29日	月	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土	休養日		休養日		月		3:00		3:00	木		2:00		2:00	日	休養日		休養日	
30日	火		1:15		1:15	木		1:15		1:15	日	休養日		休養日		火		3:00		3:00	金		2:00		2:00	月		2:00		2:00
31日						金		1:15		1:15						水					土	休養日		休養日						

	年 10月					年11月					年 12月					令和5年 1月					年 2月					年 3月				
		計画		実績			計画		実績			計画		実績			計画		実績			計画		実績			計画		実績	
		休養日等	活動時間	休養日等	活動時間		休養日等	活動時間	休養日等	活動時間		休養日等	活動時間	休養日	活動時間		休養日等	活動時間	休養日等	活動時間		休養日等	活動時間	休養日	活動時間		休養日等	活動時間	休養日等	活動時間
	合計	16	22:45	18	17:30	合計	17	19:30	18	16:30	合計	14	28:30	7	28:30	合計	14	25:30	10	13:00	合計	16	19:30	16	19:30	合計	15	36:00	15	36:00
1日	火		1:15		1:15	金		1:00		1:00	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土		3:30		3:30	土		3:00		3:00
2日	水	休養日		休養日		土		3:00	休養日		月		1:30		1:30	木	休養日		休養日		日	休養日		休養日		日	休養日		休養日	
3日	木		1:15		1:15	日	休養日		休養日		火		1:00		1:00	金	休養日		休養日		月		1:30		1:30	月		1:00		1:00
4日	金		1:15		1:15	月	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土	休養日		休養日		火		1:00		1:00	火		2:00		2:00
5日	土		3:00	休養日		火		1:00		1:00	木		1:00		1:00	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		水	休養日		休養日	
6日	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		1:00		1:00	月	休養日		休養日		木		1:00		1:00	木	休養日		休養日	
7日	月		1:30		1:30	木		1:00		1:00	土		3:00		3:00	火		1:00		1:00	金		1:00		1:00	金	休養日		休養日	
8日	火		1:15		1:15	金		1:00		1:00	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土		3:30		3:30	土		3:00		3:00
9日	水	休養日		休養日		土		3:00		3:00	月		1:30		1:30	木		1:00		1:00	日	休養日		休養日		日	休養日		休養日	
10日	木	休養日		休養日		日	休養日		休養日		火		1:00		1:00	金		1:00		1:00	月		1:30		1:30	月		2:00		2:00
11日	金	休養日		休養日		月		1:30		1:30	水	休養日		休養日		土		3:30		3:30	火	休養日		休養日		火		2:00		2:00
12日	土	休養日		休養日		火		1:00		1:00	木		1:00		1:00	日	休養日		休養日		水					水	休養日		休養日	
13日	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		1:00		1:00	月	休養日		休養日		木	休養日		休養日		木		2:00		2:00
14日	月	休養日		休養日		木		1:00		1:00	土		3:00		3:00	火		1:00		1:00	金	休養日		休養日		金		2:00		2:00
15日	火	休養日		休養日		金	休養日		休養日		日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土	休養日		休養日		土		3:00		3:00
16日	水	休養日		休養日		土	休養日		休養日		月		1:30		1:30	木		1:00		1:00	日	休養日		休養日		日	休養日		休養日	
17日	木		1:15		1:15	日	休養日		休養日		火		1:00		1:00	金		1:00		1:00	月	休養日		休養日		月		2:00		2:00
18日	金		1:15		1:15	月	休養日		休養日		水	休養日		休養日		土		3:30		3:30	火	休養日		休養日		火		2:00		2:00
19日	土		3:00		2:00	火	休養日		休養日		木		1:00		1:00	日	休養日				水	休養日		休養日		水		2:00		2:00
20日	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金		1:00		1:00	月		1:30			木	休養日		休養日		木	休養日		休養日	
21日	月		1:30		1:30	木	休養日		休養日		土		3:00		3:00	火		1:00			金	休養日		休養日		金		2:00		2:00
22日	火		1:15		1:15	金	休養日		休養日		日	休養日		休養日		水	休養日				土		3:30		3:30	土	休養日		休養日	
23日	水	休養日		休養日		土	休養日		休養日		月		3:00		3:00	木		1:00			日	休養日		休養日		日	休養日		休養日	
24日	木		1:15		1:15	日	休養日		休養日		火		3:00		3:00	金		1:00			月	休養日		休養日		月		2:00		2:00
25日	金		1:15	休養日		月	休養日		休養日		水	休養日				土		3:30			火		1:00		1:00	火	休養日		休養日	
26日	土	休養日		休養日		火		1:00		1:00	木	休養日				日	休養日				水	休養日		休養日		水	休養日		休養日	
27日	日	休養日		休養日		水	休養日		休養日		金	休養日				月		1:30			木		1:00		1:00	木		3:00		3:00
28日	月	休養日		休養日		木		1:00		1:00	土	休養日				火		1:00			金		1:00		1:00	金		3:00		3:00
29日	火		1:15		1:15	金		1:00		1:00	日	休養日				水	休養日									土	休養日		休養日	
30日	水	休養日		休養日		土		3:00		3:00	月	休養日				木		1:00								日	休養日		休養日	
31日	木		1:15		1:15						火	休養日				金		1:00								月	休養日		休養日	