

2020年度

山形東高校 男子ハンドボール部 年間計画・実績表

記入の仕方:「時間」には活動時間(h)の数字を記入すること 「休養日」には設定した期日に「1」を入力すること  
「特記事項」には学校行事や校内以外の部活動場所、大会等を記載すること。

顧問氏名 山川智昭・石川創太

4月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	休	1				
2	休	1				
3	休	1				
4	土		1			
5	日		1			
6	月		1			
7	火		1			
8	水		1			
9	木		1			
10	金		1			
11	土		1			
12	日		1			
13	月					
14	火					
15	水					
16	木					
17	金					
18	土		1			
19	日		1			
20	月					
21	火					
22	水					
23	木					
24	金					
25	土		1			
26	日		1			
27	月					
28	火					
29	水					
30	木					

5月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	金	2				
2	土	3				
3	日	3				
4	休		1			
5	休		1			
6	休		1			
7	木	2				
8	金	2				
9	土	6				
10	日	6				
11	月	2				
12	火	2				
13	水	2				
14	木	2				
15	金		1			
16	土	3				
17	日	3				
18	月		1			
19	火	2				
20	水	2				
21	木	2				
22	金		1			
23	土	3				
24	日	3				
25	月	2				
26	火	2				
27	水	2				
28	木	2				
29	金		1			
30	土	3				
31	日	3				

6月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	月	2				
2	火		1			
3	水	2	0			
4	木		1			
5	金	0	1			
6	土	3				
7	日		1			
8	月	2				
9	火		1			
10	水	2	0			
11	木		1			
12	金		1			
13	土	3				
14	日		1			
15	月	2				
16	火	2				
17	水		1			
18	木	2				
19	金	2				
20	土	3				
21	日		1			
22	月	2				
23	火	2				
24	水		1			
25	木	2				
26	金	2				
27	土	3				
28	日		1			
29	月	2				
30	火	2				

7月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	水		1			
2	木	2				
3	金	2				
4	土	3				
5	日		1			
6	月	2				
7	火		1			
8	水		1			
9	木		1			
10	金		1			
11	土		1			
12	日		1			
13	月		1			
14	火		1			
15	水		1			
16	木		1			
17	金	2				
18	土	3				
19	日		1			
20	月	3				
21	火	3				
22	水		1			
23	木	3				
24	金	3				
25	土	3				
26	日		1			
27	休	3				
28	休	3				
29	休	3				
30	休	3				
31	休		1			

8月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	土	3				
2	日		1			
3	休	3				
4	休	3				
5	休	3				
6	休		1			
7	休	3				
8	土	3				
9	日		1			
10	休	3				
11	休	3				
12	休	3				
13	休		1			
14	休		1			
15	土		1			
16	日		1			
17	休		1			
18	火		1			
19	水	2				
20	木	2				
21	金	2				
22	土	3				
23	日		1			
24	月	2				
25	火	2				
26	水		1			
27	木	2				
28	金		1			
29			1			
30			1			
31	休		1			

9月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	休	3				
2	水	2				
3	木	2				
4	金		1			
5	土	3				
6	日	3				
7	月	2				
8	火	2				
9	水		1			
10	木	2				
11	金	2				
12	土	6				
13	日	6				
14	月	2				
15	火	2				
16	水		1			
17	木	2				
18	金		1			
19	土		1			
20	日		1			
21	休		1			
22	休		1			
23	水		1			
24	木		1			
25	金		1			
26	土		1			
27	日		1			
28	月		1			
29	火		1			
30	水	3				

		計画	実績
平日休養日		5	0
休日休養日		8	0
平日活動時間平均	#DIV/0!		#DIV/0!
休日活動時間平均	1.0		#DIV/0!

		計画	実績
平日休養日		4	0
休日休養日		3	0
平日活動時間平均	2.0		#DIV/0!
休日活動時間平均	3.6		#DIV/0!

		計画	実績
平日休養日		8	0
休日休養日		4	0
平日活動時間平均	2.0		#DIV/0!
休日活動時間平均	3.0		#DIV/0!

		計画	実績
平日休養日		10	0
休日休養日		6	0
平日活動時間平均	2.5		#DIV/0!
休日活動時間平均	3.0		#DIV/0!

		計画	実績
平日休養日		5	0
休日休養日		10	0
平日活動時間平均	2.0		#DIV/0!
休日活動時間平均	3.0		#DIV/0!

		計画	実績
平日休養日		9	0
休日休養日		6	0
平日活動時間平均	2.1		#DIV/0!
休日活動時間平均	4.2		#DIV/0!

10月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	木	2				
2	金	2				
3	土	3				
4	日	3				
5	月	2				
6	火	2				
7	水		1			
8	木	2				
9	金	2				
10	土	3				
11	日		1			
12	月	2				
13	火	2				
14	水		1			
15	木	2				
16	金	2				
17	土	3				
18	日		1			
19	月	2				
20	月	2				
21	水		1			
22	木	2				
23	金	2				
24	土	3				
25	日	3				
26	月	2				
27	火	2				
28	水		1			
29	木	2				
30	金	2				
31	土	3				

11月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	日	3				
2	月	2				
3	休	3				
4	水		1			
5	木	2				
6	金	2				
7	土	6				
8	日	6				
9	月	2				
10	火	2				
11	水		1			
12	木	2				
13	金	2				
14	土		1			
15	日	3				
16	月	2				
17	火	2				
18	水	2				
19	木	2				
20	金		1			
21	土		1			
22	日		1			
23	休		1			
24	火		1			
25	水		1			
26	木		1			
27	金		1			
28	土		1			
29	日		1			
30	月					