

2023年度

山形東高校 卓球部 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

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

		計画	実績
平日休養日		3	2
休日休養日		4	3
平日活動時間平均		3.0	3.0
休日活動時間平均		3.0	3.0

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

		計画	実績
平日休養日		4	0
休日休養日		1	0
平日活動時間平均		3.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.5	#DIV/0!

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

		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		3.6	#DIV/0!
休日活動時間平均		5.0	#DIV/0!

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

		計画	実績
平日休養日		3	0
休日休養日		3	0
平日活動時間平均		3.3	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.8	#DIV/0!

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

		計画	実績
平日休養日		3	0
休日休養日		6	0
平日活動時間平均		2.8	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.2	#DIV/0!

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

		計画	実績
平日休養日		9	0
休日休養日		5	0
平日活動時間平均		3.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		5.0	#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	日	3				
2	月	3				
3	火	3	1			
4	水	3				
5	木	3				
6	金	3				
7	土	4				全日本ダブ県
8	日	3				遠征
9	休	3				遠征
10	火	3				
11	水	3				
12	木	3	1			
13	金	3				
14	土	3				
15	日	3				
16	月	3				
17	火	3	1			
18	水	3				
19	木	3				
20	金	3				
21	土	3				
22	日	3				
23	月	3				
24	火	3	1			
25	水	3				
26	木	3				
27	金	3				
28	土	3				
29	日	3				
30	月	3				
31	火	3				

		計画	実績
平日休養日		4	0
休日休養日		0	0
平日活動時間平均		3.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.1	#DIV/0!

11月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	水	3				
2	木	3				
3	休	3				
4	土	6				県新人
5	日	6				県新人
6	休	3	1			
7	火	3				
8	水	3				
9	木	3				
10	金	3	1			
11	土	3	1			
12	日	3				
13	月	3				
14	火</					