

2024年度

山形東高校 ソフトテニス部 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。

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

		計画		実績	
平日休養日		4		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		4.1		#DIV/0!	

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

		計画		実績	
平日休養日		7		0	
休日休養日		3		0	
平日活動時間平均		2.8		#DIV/0!	
休日活動時間平均		6.0		#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	土	8				県総体 県総体
2	日	8				
3	月		1			
4	火	2				
5	水	2				
6	木		1			
7	金	2				
8	土	8				国体地区予選
9	日		1			
10	月	2				
11	火		1			
12	水		1			
13	木		1			
14	金		1			
15	土		1			
16	日		1			
17	月		1			
18	火		1			
19	水		1			
20	木	2				
21	金	2				
22	土	3				
23	日		1			
24	月	2				
25	火	2				
26	水	2				
27	木		1			
28	金	2				
29	土	3				
30	日		1			

		計画		実績	
平日休養日		10		0	
休日休養日		5		0	
平日活動時間平均		2.0		#DIV/0!	
休日活動時間平均		6.0		#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	月	2				
2	火	2				
3	水	2				
4	木		1			
5	金	2				
6	土	8				国体県予選 審判講習会
7	日	8				
8	月		1			
9	火	2				
10	水	2				
11	木		1			
12	金	2				
13	土	3				
14	日		1			
15	月	3				
16	火	2				
17	水	2				
18	木		1			
19	金	2				
20	休	3				
21	休		1			
22	休	3				
23	休	3				
24	休	3				
25	休		1			
26	休	3				
27	休	3				
28	休		1			
29	休	3				
30	休	3				
31	休	3				

		計画		実績	
平日休養日		4		0	
休日休養日		4		0	
平日活動時間平均		2.1		#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	8				夏研修(男) 夏研修(女)
2	休	8				
3	休		1			
4	休	3				
5	休	3				
6	休		1			
7	休	3				
8	休	3				
9	休	3				
10	休		1			
11	休		1			
12	休		1			
13	休		1			
14	休		1			
15	休		1			
16	休		1			
17	休	3				
18	休		1			
19	休	3				
20	休	3				
21	水	2				
22	木		1			
23	金	2				
24	土	3				
25	日		1			
26	月	2				
27	火	2				
28	水	2				
29	木		1			
30	金	2				
31	土	3				

		計画		実績	
平日休養日		2		0	
休日休養日		11		0	
平日活動時間平均		2.0		#DIV/0!	
休日活動時間平均		3.8		#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	日		1			
2	月	2				
3	火	2				
4	水	2				
5	木		1			
6	金	2				
7	土	3				
8	日		1			
9	月	2				
10	火	2				
11	水	2				
12	木		1			
13	金	2				
14	土	3				
15	日		1			
16	月	2				
17	火	2				
18	水	2				
19	木		1			
20	金	2				
21	土	8				地区新人 地区新人
22	日	8				
23	月		1			
24	火	2				
25	水	2				
26	木		1			
27	金	2				
28	土	3				
29	日		1			
30	月	2				

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

		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		2.4		#DIV/0!	
休日活動時間平均		3.0		#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	金	2				
2	土	8				県新人 県新人
3	日	8				
4	月		1			
5	火	2				
6	水	2				
7	木		1			
8	金	2				
9	土	3				
10	日		1			
11						