

2025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。

		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	3				
3	休	3				
4	休	3				
5	土	3				
6	日		1			
7	月	3				
8	火		1			
9	水	3				
10	木	3				
11	金	3				
12	土	3				
13	日		1			
14	月	3				
15	火		1			
16	水	3				
17	木	3				
18	金	3				
19	土	4				
20	日	3				仙台一高定期戦
21	月	3				東南定期戦
22	火		1			
23	水	3				
24	木	3				
25	金	3				
26	土	3				
27	日		1			
28	月	3				
29	火		1			
30	水	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		3.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.1	#DIV/0!

		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		1			
3	金	3				
4	土	3				
5	日		1			
6	月	3				
7	火		1			
8	水	3				
9	木	3				
10	金	3				
11	土	3				
12	日	6				県一般予選
13	休	6				県一般予選
14	火		1			
15	水	3				
16	木	3				
17	金	3				
18	土	3				
19	日	3				
20	月	3				
21	火		1			
22	水	3				
23	木	3				
24	金	3				
25	土	3				
26	日		1			
27	月	3				
28	火		1			
29	水	3				
30	木	3				
31	金	3				

		計画	実績
平日休養日		5	0
休日休養日		2	0
平日活動時間平均		3.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.9	#DIV/0!

		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	3				
3	土	6				強化練習会
4	日	6				強化練習会
5	休		1			※選択参加
6	休	6				強化練習会
7	水	3				
8	木	3				
9	金	3				
10	土	8				地区高校総体
11	日	8				地区高校総体
12	月	3				
13	火		1			
14	水	3				
15	木		1			
16	金	3				
17	土	3				
18	日	1				
19	月	3				
20	火		1			
21	水	3				
22	木		1			
23	金	3				
24	土	3				
25	日	3				
26	月	3				
27	火		1			
28	水	3				
29	木	3				
30	金	8				県高校総体
31	土	8				県高校総体

		計画	実績
平日休養日		5	0
休日休養日		1	0
平日活動時間平均		3.3	#DIV/0!
休日活動時間平均		5.2	#DIV/0!

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

		計画	実績
平日休養日		7	0
休日休養日		6	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!

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

		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		2.9	#DIV/0!
休日活動時間平均		4.3	#DIV/0!

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

		計画	実績
平日休養日		3	0
休日休養日		5	0
平日活動時間平均		2.9	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.0	#DIV/0!

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

		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		3.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.0	#DIV/0!

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