

（ 男子ソフトテニス ） 部 年間活動計画

	4月			5月			6月			7月			8月			9月			10月			11月			12月			1月			2月			3月			
		計画			計画			計画			計画			計画			計画			計画			計画			計画			計画			計画					
		休養日等	活動総時間		休養日等	活動総時間		休養日等	活動総時間		休養日等	活動総時間		休養日等	活動総時間		休養日等	活動総時間		休養日等	活動総時間		休養日等	活動総時間		休養日等	活動総時間		休養日等	活動総時間		休養日等	活動総時間				
	合計	5	27:30	合計	8	17:00	合計	9	16:30	合計	2	32:30	合計			合計			合計			合計			合計			合計			合計						
1日	火	休養日		木		1:30	日			火		1:30	金			月			水			土			月			木			日			1日			
2日	水		2:00	金		1:30	月		1:30	水	休養日		土			火			木			日			火			金			月			2日			
3日	木		2:00	土			火		1:30	木		1:30	日			水			金			月			水			土			火			3日			
4日	金		2:00	日			水	休養日		金		1:30	月			木			土			火			木			日			水			4日			
5日	土			月			木		1:30	土			火			金			日			水			金			月			木			5日			
6日	日			火			金		1:30	日			水			土			月			木			土			火			金			6日			
7日	月		2:00	水		1:30	土			月		1:30	木			日			火			金			日			水			土			7日			
8日	火		1:30	木		1:30	日			火		1:30	金			月			水			土			月			木			日			8日			
9日	水	休養日		金			月		1:30	水	休養日		土			火			木			日			火			金			月			9日			
10日	木		1:30	土			火		1:30	木		1:30	日			水			金			月			水			土			火			10日			
11日	金		1:30	日			水	休養日		金		1:30	月			木			土			火			木			日			水			11日			
12日	土			月		1:30	木		1:30	土			火			金			日			水			金			月			木			12日			
13日	日			火		1:30	金		1:30	日			水			土			月			木			土			火			金			13日			
14日	月		1:30	水	休養日		土			月		1:30	木			日			火			金			日			水			土			14日			
15日	火		1:30	木	休養日		日			火		1:30	金			月			水			土			月			木			日			15日			
16日	水	休養日		金	休養日		月		1:30	水			土			火			木			日			火			金			月			16日			
17日	木		1:30	土			火		1:30	木		1:30	日			水			金			月			水			土			火			17日			
18日	金		1:30	日			水	休養日		金		1:30	月			木			土			火			木			日			水			18日			
19日	土	大会等		月	休養日		木	休養日		土			火			金			日			水			金			月			木			19日			
20日	日			火	休養日		金	休養日		日			水			土			月			木			土			火			金			20日			
21日	月		1:30	水	休養日		土			月			木			日			火			金			日			水			土			21日			
22日	火		1:30	木	休養日		日			火		2:00	金			月			水			土			月			木			日			22日			
23日	水	休養日		金		1:30	月	休養日		水		2:00	土			火			木			日			火			金			月			23日			
24日	木		1:30	土		2:00	火	休養日		木		2:00	日			水			金			月			水			土			火			24日			
25日	金		1:30	日			水	休養日		金		2:00	月			木			土			火			木			日			水			25日			
26日	土			月		1:30	木	休養日		土			火			金			日			水			金			月			木			26日			
27日	日			火		1:30	金		1:30	日			水			土			月			木			土			火			金			27日			
28日	月		1:30	水	休養日		土			月		2:00	木			日			火			金			日			水			土			28日			
29日	火			木		1:30	日			火		2:00	金			月			水			土			月			木					日		29日		
30日	水	休養日		金	大会等		月			水		2:00	土			火			木			日			火			金					月		30日		
31日			1:30	土	大会等					木		2:00	日						金						水			土					火		31日		