

(男子ソフトテニス)部 記入者(羽田 光伸)

	令和2年 4月		令和2年 5月		令和2年 6月		令和2年 7月		令和2年 8月		令和2年 9月		令和2年 10月		令和2年 11月		令和2年 12月		令和3年 1月		令和3年 2月		令和3年 3月	
	計画		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	活動時間	休養日等	活動時間	休養日等	活動時間	休養日等	活動時間	休養日等	活動時間	休養日等	活動時間	休養日等	活動時間	休養日等	活動時間	休養日等	活動時間	休養日等	活動時間	休養日等	活動時間	休養日等	活動時間
合計	0	0:00	0	0:00	0	0:00	17	8:15	15	34:00	13	32:45	11	35:45	0	0:00	0	0:00	0	0:00	0	0:00	0	0:00
1日	水		金		月		水	1:45	土	大会等 4:00	火	1:45	木	休養日	日		火		金		月		月	
2日	木		土		火		木	休養日	日	休養日	水	1:45	金	1:00	月		水		土		火		火	
3日	金		日		水		金	1:45	月	1:45	木	休養日	土	4:00	火		木		日		水		水	
4日	土		月		木		土	3:00	火	1:45	金	1:45	日	休養日	水		金		月		木		木	
5日	日		火		金		日	休養日	水	1:45	土	3:00	月	休養日	木		土		火		金		金	
6日	月		水		土		月	休養日	木	休養日	日	休養日	火	1:00	金		日		水		土		土	
7日	火		木		日		火		金	3:00	月	1:45	水	1:00	土		月		木		日		日	
8日	水		金		月		水	1:45	土	休養日	火	1:45	木	休養日	日		火		金		月		月	
9日	木		土		火		木	休養日	日	休養日	水	1:45	金	1:00	月		水		土		火		火	
10日	金		日		水		金		月	休養日	木	休養日	土	4:00	火		木		日		水		水	
11日	土		月		木		土	休養日	火	休養日	金	1:45	日	休養日	水		金		月		木		木	
12日	日		火		金		日	休養日	水	休養日	土	3:00	月	1:00	木		土		火		金		金	
13日	月		水		土		月	休養日	木	休養日	日	休養日	火	1:00	金		日		水		土		土	
14日	火		木		日		火	休養日	金	休養日	月	1:45	水	2:45	土		月		木		日		日	
15日	水		金		月		水	休養日	土	休養日	火	1:45	木	1:00	日		火		金		月		月	
16日	木		土		火		木	休養日	日	休養日	水	1:45	金	1:00	月		水		土		火		火	
17日	金		日		水		金	休養日	月	1:45	木	1:45	土	大会等 6:00	火		木		日		水		水	
18日	土		月		木		土	休養日	火	1:45	金	1:45	日	休養日	水		金		月		木		木	
19日	日		火		金		日	休養日	水	1:45	土	大会等 4:00	月	休養日	木		土		火		金		金	
20日	月		水		土		月	休養日	木	1:45	日	大会等	火	1:00	金		日		水		土		土	
21日	火		木		日		火	休養日	金	休養日	月	休養日	水	1:00	土		月		木		日		日	
22日	水		金		月		水		土	3:00	火	休養日	木	休養日	日		火		金		月		月	
23日	木		土		火		木		日	休養日	水	休養日	金	1:00	月		水		土		火		火	
24日	金		日		水		金		月	1:45	木	休養日	土	3:00	火		木		日		水		水	
25日	土		月		木		土	大会等	火	1:45	金	休養日	日	休養日	水		金		月		木		木	
26日	日		火		金		日	休養日	水	1:45	土	休養日	月	0:30	木		土		火		金		金	
27日	月		水		土		月	休養日	木	休養日	日	休養日	火	0:30	金		日		水		土		土	
28日	火		木		日		火		金	1:45	月	休養日	水	0:30	土		月		木		日		日	
29日	水		金		月		水		土	3:00	火	休養日	木	休養日	日		火		金				月	
30日	木		土		火		木		日	休養日	水	1:45	金	休養日	月		水		土				火	
31日			日				金		月	1:45			土	3:30			木		日				水	