（　　卓球　　）部　　記入者（　牛尾　彰宏　）

	令和5年 4月					令和5年 5月					令和5年 6月					令和5年 7月					令和5年 8月					令和5年 9月				
		計画		実績			計画		実績			計画		実績			計画		実績			計画		実績			計画		実績	
		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	16	27:30	16	27:30	合計	10	33:00	10	33:00	合計	19	19:30	0	0:00	合計	13	37:30	0	0:00	合計	23	16:00	0	0:00	合計	14	31:30	0	0:00
1日	土	休養日		休養日		月		1:30		1:30	木	休養日				土		3:00			火	大会等				金		1:30		
2日	日	休養日		休養日		火	休養日		休養日		金		1:30			日	休養日				水	休養日				土		3:00		
3日	月	休養日		休養日		水		3:00		3:00	土		3:00			月		1:30			木		3:00			日	休養日			
4日	火	休養日		休養日		木		3:00		3:00	日	休養日				火		1:30			金		3:00			月		1:30		
5日	水	休養日		休養日		金	休養日		休養日		月		1:30			水		1:30			土	休養日				火		1:30		
6日	木	休養日		休養日		土	休養日		休養日		火		1:30			木	休養日				日	休養日				水		1:30		
7日	金		2:00		2:00	日	休養日		休養日		水		1:30			金		1:30			月	休養日				木	休養日			
8日	土		3:00		3:00	月		1:30		1:30	木	休養日				土		3:00			火	休養日				金		1:30		
9日	日	休養日		休養日		火		1:30		1:30	金		1:30			日	休養日				水	休養日				土		3:00		
10日	月	休養日		休養日		水		1:30		1:30	土		3:00			月		1:30			木	休養日				日	休養日			
11日	火	休養日		休養日		木	休養日		休養日		日	休養日				火		1:30			金	休養日				月		1:30		
12日	水	休養日		休養日		金		1:30		1:30	月		1:30			水		1:30			土	休養日				火		1:30		
13日	木		1:30		1:30	土	大会等		大会等		火		1:30			木	休養日				日	休養日				水		1:30		
14日	金		1:30		1:30	日	休養日		休養日		水	休養日				金	休養日				月	休養日				木	休養日			
15日	土	休養日		休養日		月		1:30		1:30	木	休養日				土	大会等				火	休養日				金	休養日			
16日	日	休養日		休養日		火		1:30		1:30	金	休養日				日	休養日				水	休養日				土	休養日			
17日	月		3:00		3:00	水		1:30		1:30	土	休養日				月	休養日				木	休養日				日	休養日			
18日	火		1:30		1:30	木	休養日		休養日		日	休養日				火		1:30			金	休養日				月	休養日			
19日	水		1:30		1:30	金		1:30		1:30	月	休養日				水		1:30			土	休養日				火	休養日			
20日	木	休養日		休養日		土		3:00		3:00	火	休養日				木	休養日				日	休養日				水	休養日			
21日	金		1:30		1:30	日	休養日		休養日		水	休養日				金		3:00			月		2:00			木	休養日			
22日	土		3:00		3:00	月		1:30		1:30	木	休養日				土		3:00			火		2:00			金		1:30		
23日	日	休養日		休養日		火		1:30		1:30	金	休養日				日	休養日				水		2:00			土		3:00		
24日	月		1:30		1:30	水		1:30		1:30	土	休養日				月	休養日				木		2:00			日	休養日			
25日	火		1:30		1:30	木	休養日		休養日		日	休養日				火		3:00			金	休養日				月		1:30		
26日	水		1:30		1:30	金		1:30		1:30	月	休養日				水		3:00			土	休養日				火		1:30		
27日	木	休養日		休養日		土	大会等		大会等		火	休養日				木	休養日				日	休養日				水		1:30		
28日	金		1:30		1:30	日	休養日		休養日		水		1:30			金	休養日				月	休養日				木	休養日			
29日	土		3:00		3:00	月		1:30		1:30	木	休養日				土		3:00			火	休養日				金	休養日	1:30		
30日	日	休養日		休養日		火		1:30		1:30	金		1:30			日	休養日				水		2:00			土		3:00		
31日						水		1:30		1:30						月		3:00			木	休養日								

（　　卓球　　）部　　記入者（　牛尾　彰宏　）

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