

2026 年
7 月

活動計画 ok

活動実績 ok

※柔軟な運用

				ソフト男			ソフト女			卓球			テニス男			テニス女			バレー男			バレー女			バスケ男		
				活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績
1	aaa	水	練習	2:30	2:30	練習	1:30	1:00	練習	1:30	1:30	練習	1:45	1:45	練習	2:15	1:30	休み				練習	2:00	1:15	練習	1:00	0:45
2	aaa	木	練習	2:30	2:30	練習	2:30	1:30	練習	2:30	2:30	休み			練習	2:30	1:45	練習	3:00	3:00		練習	3:00	2:00	練習	3:00	2:30
3	aaa	金	練習	2:30	2:30	練習	2:30	1:30	練習	2:30	2:30	練習	2:15	2:15	練習	2:30	1:45	練習	3:00	3:00		練習	3:00	2:00	練習	3:00	2:30
4	aaa	土	練習	4:00	4:00	遠征合宿			練習	3:00	3:00	練習	3:00	3:00	練習	4:00	3:00	練習	4:00	4:00		練習	3:30	2:45	練習試合	3:00	2:30
5	aaa	日	休み			遠征合宿			休み			休み			練習	4:00	1:30	休み				練習試合	3:30	2:45	練習	3:00	2:30
6	aaa	月	休み			休み			練習	2:30	2:30	練習	2:15	2:15	休み			練習	3:00	3:00		休み			休み		
7	aaa	火	練習	2:30	2:30	練習	2:30	1:00	練習	2:30	2:30	練習	2:15	2:15	練習	2:30	1:45	練習	3:00	3:00		練習	3:00	2:00	練習	3:00	2:30
8	aaa	水	練習	2:30	2:30	練習	1:30	1:00	練習	1:30	1:30	練習	2:15	2:15	練習	2:15	1:30	休み				練習	2:00	1:15	練習	1:00	0:45
9	aaa	木	練習			休み			練習	2:30	2:30	休み			休み			練習	3:00	3:00		練習	3:00	2:00	練習	3:00	2:30
10	aaa	金	練習	2:30	2:30	練習	2:30	1:00	練習	2:30	2:30	練習	2:15	2:15	練習	2:30	1:45	練習	3:00	3:00		練習	3:00	2:00	練習	3:00	2:30
11	aaa	土	練習	4:00	4:00	練習試合	6:00	2:30	練習	3:00	3:00	練習	3:00	3:00	練習	4:00	3:00	練習	4:00	4:00		練習	3:30	2:45	練習試合	3:00	2:30
12	aaa	日	休み			練習試合	6:00	2:30	休み			休み			練習試合	8:00	4:00	休み				練習試合	3:30	2:45	練習	3:00	2:30
13	aaa	月	休み			休み			練習	2:30	2:30	練習	2:15	2:15	休み			練習	3:00	3:00		休み			休み		
14	aaa	火	練習	2:30	2:30	練習	2:30	1:00	練習	3:00	3:00	練習	2:15	2:15	練習	3:00	2:00	練習	3:30	3:30		練習	3:00	2:00	練習	3:00	2:30
15	aaa	水	練習	2:30	2:30	練習	1:30	1:00	練習	3:00	3:00	練習	2:15	2:15	練習	3:00	2:00	休み				練習	3:00	2:00	練習	1:00	1:00
16	aaa	木	練習	2:30	2:30	練習	2:30	1:00	練習	3:00	3:00	休み			練習	3:00	2:00	練習	3:30	3:30		休み			練習	3:00	2:30
17	aaa	金	練習	2:30	2:30	練習	2:30	1:00	練習	3:00	3:00	練習	2:15	2:15	練習	3:00	2:00	練習	3:30	3:30		練習	3:00	2:00	練習	3:00	2:30
18	aaa	土	練習	4:00	4:00	遠征合宿			練習	3:00	3:00	練習	3:00	3:00	練習	4:00	3:00	練習	4:00	4:00		練習試合	3:30	2:45	練習	3:00	2:30
19	aaa	日	休み			遠征合宿			休み			休み			休み			練習	3:30	3:30		練習試合	7:30	4:30	練習試合	3:00	2:30
20	aaa	月	休み			遠征合宿			休み			練習	2:15	2:15	練習試合	8:00	4:00	練習	3:30	3:30		休み			練習試合	7:00	4:00
21	aaa	火	練習	2:30	2:30	休み			練習	3:00	3:00	練習	2:15	2:15	休み			練習	3:30	3:30		練習	3:00	2:00	休み		
22	aaa	水	練習	2:30	2:30	練習	1:30	1:00	練習	3:00	3:00	練習	2:15	2:15	練習	3:30	2:15	休み				練習	2:30	1:30	練習	1:00	1:00
23	aaa	木	練習	4:00	4:00	遠征合宿			練習	3:00	3:00	休み			練習	3:00	1:00	練習	3:00	3:00		練習	3:00	2:00	練習	3:00	2:30
24	aaa	金	練習	4:00	4:00	遠征合宿			練習	3:00	3:00	練習	2:15	2:15	練習	3:00	1:00	練習	3:30	3:30		練習	3:00	2:00	練習	3:00	2:30
25	aaa	土	練習	4:00	4:00	練習試合	6:00	2:00	休み			練習	3:00	3:00	休み			練習	3:30	3:30		練習試合	7:30	4:30	練習	3:00	2:30
26	aaa	日	休み			休み			練習	3:00	3:00	休み			練習	4:00	3:00	休み				休み			練習	3:00	2:30
27	aaa	月	休み			休み			練習	3:00	3:00	練習	2:15	2:15	遠征合宿	11:00	6:00	練習	3:30	3:30		練習	3:00	2:00	休み		
28	aaa	火	練習	4:00	4:00	遠征合宿			練習	3:00	3:00	練習	2:15	2:15	遠征合宿	10:00	5:00	練習	3:30	3:30		練習	3:00	2:00	練習	3:00	2:30
29	aaa	水	練習	4:00	4:00	遠征合宿			練習試合	8:00	8:00	練習	2:15	2:15	休み			練習	3:30	3:30		練習	3:00	2:00	練習	3:00	2:30
30	aaa	木	練習	4:00	4:00	遠征合宿			練習試合	10:00	10:00	休み	2:15	2:15	休み			休み				休み			練習	2:00	1:30
31	aaa	金	練習	4:00	4:00	遠征合宿			練習試合	6:00	6:00	練習	2:15	2:15	練習試合	8:00	4:00	練習	3:30	3:30		練習	3:30	2:45	練習	3:00	2:30

バスケ女			陸上			弓道			剣道			バドミントン			サッカー			硬式野球			演劇			茶道		
活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績
練習	2:00	1:30	休み			練習	2:00	2:00	休み			練習	1:30	1:30	練習	2:00	2:00	練習	1:30	1:30	休み			休み		
練習	1:00	1:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	1:15	1:15	練習	2:00	2:00	休み			練習	2:30	2:30	練習	2:00		休み		
練習	3:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	休み			練習	2:00	2:00
休み			練習	3:00	3:00	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	3:00	3:00	練習	3:00	3:00	公式戦	4:00	4:00	休み			休み		
練習	3:00	2:00	休み			休み			休み			休み			練習試合	4:00	4:00	練習	4:00	4:00	休み			休み		
練習	3:00	2:00	練習	2:00	2:00	休み			練習	1:15	1:15	練習	2:00	2:00	休み			休み			練習	2:00		休み		
休み			練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	1:15	1:15	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	休み			休み		
練習	2:00	1:30	休み			練習	2:00	2:00	練習	1:15	1:15	練習	1:30	1:30	練習	2:00	2:00	練習	1:30	1:30	休み			休み		
練習	3:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	休み			練習	2:00	2:00	休み			公式戦	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	休み		
練習	3:00	2:00	公式戦			練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	休み			休み			練習	2:00	2:00
練習	3:00	2:00	公式戦			練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	3:00	3:00	練習試合	4:00	4:00	練習	4:00	4:00	休み			休み		
練習	3:00	2:00	休み			休み			休み			休み			休み			練習	4:00	4:00	休み			休み		
練習	3:00	2:00	練習	2:00	2:00	休み			練習	1:15	1:15	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	休み		
休み			練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	公式戦	2:30	2:30	休み			休み		
練習	3:00	2:00	休み			練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	休み			休み			休み		
練習	3:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	休み			練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	休み		
練習	3:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	休み			休み		
練習	3:00	2:00	練習	3:00	3:00	練習	2:00	2:00	休み			練習	3:00	3:00	練習試合	4:00	4:00	公式戦	2:30	2:30	休み			休み		
練習	3:00	2:00	休み			休み			休み			休み			休み			練習	4:00	4:00	休み			休み		
休み			練習	3:00	3:00	休み			練習	2:30	2:30	練習	3:00	3:00	休み			公式戦	2:30	2:30	休み			休み		
練習	3:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	休み			休み		
練習	3:00	2:00	休み			練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	休み			休み		
練習	3:00	2:00	練習	1:30	1:30	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	休み			公式戦	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	休み		
練習	3:00	2:00	練習	1:30	1:30	公式戦	10:00	10:00	練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習	4:00	4:00	休み			休み		
練習	3:00	2:00	練習	3:00	3:00	公式戦	10:00	10:00	休み			練習	3:00	3:00	練習	2:00	2:00	公式戦	2:30	2:30	休み			休み		
練習	3:00	2:00	休み			休み			練習	2:30	2:30	休み			練習試合	4:00	4:00	練習試合	4:00	4:00	休み			休み		
練習	3:00	2:00	練習	1:30	1:30	休み			練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	練習試合	4:00	4:00	練習	4:00	4:00	練習	2:00	2:00	休み		
休み			練習	1:30	1:30	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	2:00	2:00	練習	2:00	2:00	練習試合	4:00	4:00	休み			休み		
練習	3:00	2:00	練習	1:00	1:00	練習	2:00	2:00	練習	2:30	2:30	練習	3:00	3:00	練習試合	4:00	4:00	休み	4:00	4:00	休み			休み		
練習	3:00	2:00	休み			練習	2:00	2:00	休み			練習	3:00	3:00	休み			練習試合	4:00	4:00	練習	2:00	2:00	休み		
練習	3:00	2:00	練習	3:00	3:00	練習	2:00	2:00	研修大会	4:00	4:00	練習	3:00	3:00	練習	2:00	2:00	練習	4:00	4:00	休み			休み		

書道			赤十字			美術			文芸			情報			華道			吹奏楽			写真			箏曲		
活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績	活動計画	予定時間	活動実績
休み			休み			活動	1:30	1:30	休み			休み			休み			大会	9:00	9:00	活動	1:30	1:30	大会	5:30	5:30
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00		休み			活動	2:15	2:15	休み			練習	2:30	2:30	休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	活動	1:30	1:30	活動	2:15	2:15	活動	2:00	2:30	練習	2:30	2:30	休み			練習	2:00	2:00
休み			休み			休み			休み			休み			休み			練習	7:00	6:00	休み			休み		
休み			休み	2:30	2:30	休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			休み			活動	1:30	1:30	休み			休み			練習	2:30	2:30	休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	休み			活動	2:15	2:15	休み			練習	2:30	2:30	休み			休み		
休み			活動			活動	2:00	2:00	休み			休み			休み			活動	1:15	1:15	活動	1:30	1:30	休み		
活動	2:00	2:00	休み			休み			休み			休み			休み			活動	6:30	6:30	休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	活動	1:30	1:30	活動	2:15	2:15	活動	2:00		練習	2:30	2:30	休み			練習	2:00	2:00
休み			活動	3:30	3:30	休み			休み			休み			休み			練習	7:00	6:00	休み			休み		
休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	活動	1:30	1:30	休み			休み			練習	2:30	2:30	休み			練習	2:00	2:00
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	休み			練習	10:15	5:15	休み			休み		
休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み			練習	2:00	2:00
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	休み			練習	3:00	3:00	休み			練習	2:00	2:00
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	活動	1:30	1:30	活動	2:00	2:00	休み			練習	3:00	3:00	休み			練習	2:00	2:00
休み			休み			休み			休み			休み			休み			練習	7:15	3:15	休み			休み		
休み			活動	2:30	2:30	休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			休み			休み			休み			休み			練習	7:00	7:00	休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	休み			練習	3:00	3:00	休み			休み		
休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み			活動	2:00	2:00	休み		
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	休み			休み			休み			練習	7:00	6:00	休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	休み			休み			休み			練習	9:00	5:00	休み			練習	2:00	2:00
休み			活動	7:00	7:00	休み			休み			休み			休み			大会	5:30	3:30	休み			休み		
休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			休み			休み			休み			休み			練習	3:00	3:00	休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			活動	2:00	2:00	休み			休み			休み			練習	3:00	3:00	休み			休み		
休み			休み			活動	2:00	2:00	休み			休み			休み			練習	3:00	3:00	休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み			休み		
活動	2:00	2:00	休み			休み			休み			休み			休み			練習	3:00	3:00	休み			休み		