

2020 年度

1 月

月 間 計 画

所属名	塩釜高等学校	担当部活動	ボート部
-----	--------	-------	------

日	曜	予 定			実 績			備 考
		始期	終期	時間	始期	終期	時間	
1	金			0:00			0:00	休養日
2	土			0:00			0:00	休養日
3	日			0:00			0:00	休養日
4	月	8:00	12:00	4:00			0:00	
5	火	8:00	12:00	4:00			0:00	
6	水	8:00	12:00	4:00			0:00	
7	木	8:00	12:00	4:00			0:00	
8	金	16:00	18:00	2:00			0:00	
9	土	8:00	12:00	4:00			0:00	
10	日	8:00	12:00	4:00			0:00	
11	月			0:00			0:00	休養日
12	火	16:00	18:00	2:00			0:00	
13	水	16:00	18:00	2:00			0:00	
14	木	16:00	18:00	2:00			0:00	
15	金	16:00	18:00	2:00			0:00	
16	土	8:00	12:00	4:00			0:00	
17	日	8:00	12:00	4:00			0:00	
18	月			0:00			0:00	休養日
19	火	16:00	18:00	2:00			0:00	
20	水	16:00	18:00	2:00			0:00	
21	木	16:00	18:00	2:00			0:00	
22	金	16:00	18:00	2:00			0:00	
23	土	8:00	12:00	4:00			0:00	
24	日	8:00	12:00	4:00			0:00	
25	月			0:00			0:00	休養日
26	火	16:00	18:00	2:00			0:00	
27	水	16:00	18:00	2:00			0:00	
28	木	16:00	18:00	2:00			0:00	
29	金	16:00	18:00	2:00			0:00	
30	土	8:00	12:00	4:00			0:00	
31	日	8:00	12:00	4:00			0:00	
合計時間				74:00			0:00	