

2023年度

米沢興譲館高校 陸上競技部活動 年間計画表 (R5年度強化指定部)

記入の仕方:「時間」には活動時間(h)の数字を記入すること 「休養日」には設定した期日に「1」を入力すること 「特記事項」には学校行事や校内以外の部活動場所、大会等を記載すること。

顧問氏名 三浦玄太 坂野理絵 中川玲子

4月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

5月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

6月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

7月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

8月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

9月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

Summary table for April: 平日休養日 0, 休日休養日 6, 平日活動時間平均 1.8, 休日活動時間平均 3.5.

Summary table for May: 平日休養日 2, 休日休養日 4, 平日活動時間平均 2.4, 休日活動時間平均 6.3.

Summary table for June: 平日休養日 1, 休日休養日 4, 平日活動時間平均 1.6, 休日活動時間平均 3.5.

Summary table for July: 平日休養日 1, 休日休養日 5, 平日活動時間平均 2.2, 休日活動時間平均 4.0.

Summary table for August: 平日休養日 6, 休日休養日 5, 平日活動時間平均 1.9, 休日活動時間平均 6.0.

Summary table for September: 平日休養日 7, 休日休養日 4, 平日活動時間平均 2.7, 休日活動時間平均 4.7.

10月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

11月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

12月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

1月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

2月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

3月 計画 実績 特記事項 table with columns for day, weekday, time, rest days, and notes.

Summary table for October: 平日休養日 0, 休日休養日 5, 平日活動時間平均 2.1, 休日活動時間平均 3.2.

Summary table for November: 平日休養日 8, 休日休養日 6, 平日活動時間平均 1.8, 休日活動時間平均 4.5.

Summary table for December: 平日休養日 1, 休日休養日 6, 平日活動時間平均 1.9, 休日活動時間平均 2.0.

Summary table for January: 平日休養日 1, 休日休養日 7, 平日活動時間平均 1.8, 休日活動時間平均 2.8.

Summary table for February: 平日休養日 4, 休日休養日 5, 平日活動時間平均 1.9, 休日活動時間平均 2.0.

Summary table for March: 平日休養日 6, 休日休養日 7, 平日活動時間平均 2.0, 休日活動時間平均 2.0.

Summary box for the year: 平日休養日 計画 38, 実績 0, 休日休養日 計画 64, 実績 0, 休養日合計 計画 102, 実績 0.