

年月日 2025年 5月

## 活動時間報告 男子卓球 部

5月		実績（準備・片付け，移動，休息等は実活動時間から除外）				
日	曜日	内容	開始時刻	終了時刻	除外時間	実活動時間
1	木	休み				
2	金	練習	16:05	18:00	0:10	1:45:00
3	土	練習	8:30	11:30	0:30	2:30:00
4	日	大会	6:40	16:30	3:00	6:50:00
5	月	休み				
6	火	休み				
7	水	練習	16:05	18:00	0:10	1:45:00
8	木	休み				
9	金	休み				
10	土	休み				
11	日	休み				
12	月	練習	8:30	11:30	0:30	2:30:00
13	火	練習	16:05	18:00	0:10	1:45:00
14	水	練習	16:05	18:00	0:10	1:45:00
15	木	練習	15:05	17:00	0:10	1:45:00
16	金	練習	16:05	18:00	0:10	1:45:00
17	土	休み				
18	日	休み	8:30	11:30	0:30	2:30:00
19	月	休み				
20	火	練習	16:05	18:00	0:10	1:45:00
21	水	練習	16:05	18:00	0:10	1:45:00
22	木	休み				
23	金	練習	16:05	18:00	0:10	1:45:00
24	土	休み				
25	日	練習	8:30	11:30	0:30	2:30:00
26	月	休み				
27	火	練習	16:05	18:00	0:10	1:45:00
28	水	練習	16:05	18:00	0:10	1:45:00
29	木	練習	15:05	17:00	0:10	1:45:00
30	金	練習	16:05	18:00	0:10	1:45:00
31	土	休み				

内容
練習
練習試合
大会
休み

月の数字を変えれば日にちや曜日が出るようになっています。

色のついているセルには入力しないでください。