

## 活動時間報告 陸上競技 部

6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	練習	16:00	18:00		2:00:00
2	金	練習	16:00	17:00		1:00:00
3	土	大会	9:00	17:00	6:00	2:00:00
4	日	練習	14:00	16:00		2:00:00
5	月	休み				
6	火	練習	16:00	17:00		1:00:00
7	水	練習	16:00	17:00		1:00:00
8	木	練習	16:00	18:00		2:00:00
9	金	練習	16:00	17:00		1:00:00
10	土	大会	9:00	17:00	6:00	2:00:00
11	日	休み				
12	月	休み				
13	火	練習	16:00	17:00		1:00:00
14	水	練習	16:00	17:00		1:00:00
15	木	練習	16:00	18:00		2:00:00
16	金	大会	9:00	17:00	6:00	2:00:00
17	土	大会	9:00	17:00	6:00	2:00:00
18	日	休み				
19	月	休み				
20	火	練習	16:00	18:00		2:00:00
21	水	練習	16:00	18:00		2:00:00
22	木	練習	16:00	18:00		2:00:00
23	金	練習	16:00	18:00		2:00:00
24	土	練習	9:00	12:00		3:00:00
25	日	休み				
26	月	休み				
27	火	練習	16:00	18:00		2:00:00
28	水	練習	16:00	18:00		2:00:00
29	木	練習	16:00	18:00		2:00:00
30	金	練習	16:00	18:00		2:00:00

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。