

年月日	2025年	7月
-----	-------	----

活動時間報告:子バスケットボー部

7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	火	練習				
2	水	大会	8:30	11:00		2:30:00
3	木	大会	9:00	11:30		2:30:00
4	金	大会	8:30	11:00		2:30:00
5	土	休み				
6	日	休み				
7	月	休み				
8	火	練習	16:00	17:45		1:45:00
9	水	練習	16:00	17:45		1:45:00
10	木	休み				
11	金	練習	16:00	17:45		1:45:00
12	土	休み				
13	日	練習	8:00	12:30		4:30:00
14	月	休み				
15	火	休み				
16	水	練習	16:00	17:45		1:45:00
17	木	練習	16:00	17:45		1:45:00
18	金	休み				
19	土	休み				
20	日	練習	8:00	11:00		3:00:00
21	月	休み				
22	火	練習	8:30	11:30		3:00:00
23	水	大会	9:30	11:00		1:30:00
24	木	大会	8:40	10:00		1:20:00
25	金	大会	9:30	11:00		1:30:00
26	土	休み				
27	日	休み				
28	月	休み				
29	火	休み				
30	水	休み				
31	木	練習	8:30	11:30		3:00:00

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。