

ALL IN ONE TOEIC TIME SHEET (1日7例文の進捗表)

| 日付  | 日数    | ①初回       | ②復習 1 回目<br>(①の翌日) | ③復習 2 回目<br>(②の1週間後) | ④復習 3 回目<br>(③の2週間後) | ⑤復習 4 回目<br>(④の4週間後) |
|-----|-------|-----------|--------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| / / | 1 日目  | □ 1~7     |                    |                      |                      |                      |
| / / | 2 日目  | □ 8~14    | □ 1~7              |                      |                      |                      |
| / / | 3 日目  | □ 15~21   | □ 8~14             |                      |                      |                      |
| / / | 4 日目  | □ 22~28   | □ 15~21            |                      |                      |                      |
| / / | 5 日目  | □ 29~35   | □ 22~28            |                      |                      |                      |
| / / | 6 日目  | □ 36~42   | □ 29~35            |                      |                      |                      |
| / / | 7 日目  | □ 43~49   | □ 36~42            |                      |                      |                      |
| / / | 8 日目  | □ 50~56   | □ 43~49            |                      |                      |                      |
| / / | 9 日目  | □ 57~63   | □ 50~56            | □ 1~7                |                      |                      |
| / / | 10 日目 | □ 64~70   | □ 57~63            | □ 8~14               |                      |                      |
| / / | 11 日目 | □ 71~77   | □ 64~70            | □ 15~21              |                      |                      |
| / / | 12 日目 | □ 78~84   | □ 71~77            | □ 22~28              |                      |                      |
| / / | 13 日目 | □ 85~91   | □ 78~84            | □ 29~35              |                      |                      |
| / / | 14 日目 | □ 92~98   | □ 85~91            | □ 36~42              |                      |                      |
| / / | 15 日目 | □ 99~105  | □ 92~98            | □ 43~49              |                      |                      |
| / / | 16 日目 | □ 106~112 | □ 99~105           | □ 50~56              |                      |                      |
| / / | 17 日目 | □ 113~119 | □ 106~112          | □ 57~63              |                      |                      |
| / / | 18 日目 | □ 120~126 | □ 113~119          | □ 64~70              |                      |                      |
| / / | 19 日目 | □ 127~133 | □ 120~126          | □ 71~77              |                      |                      |
| / / | 20 日目 | □ 134~140 | □ 127~133          | □ 78~84              |                      |                      |
| / / | 21 日目 | □ 141~147 | □ 134~140          | □ 85~91              |                      |                      |
| / / | 22 日目 | □ 148~154 | □ 141~147          | □ 92~98              |                      |                      |
| / / | 23 日目 | □ 155~161 | □ 148~154          | □ 99~105             | □ 1~7                |                      |
| / / | 24 日目 | □ 162~168 | □ 155~161          | □ 106~112            | □ 8~14               |                      |
| / / | 25 日目 | □ 169~175 | □ 162~168          | □ 113~119            | □ 15~21              |                      |
| / / | 26 日目 | □ 176~182 | □ 169~175          | □ 120~126            | □ 22~28              |                      |
| / / | 27 日目 | □ 183~189 | □ 176~182          | □ 127~133            | □ 29~35              |                      |
| / / | 28 日目 | □ 190~196 | □ 183~189          | □ 134~140            | □ 36~42              |                      |
| / / | 29 日目 | □ 197~203 | □ 190~196          | □ 141~147            | □ 43~49              |                      |
| / / | 30 日目 | □ 204~210 | □ 197~203          | □ 148~154            | □ 50~56              |                      |
| / / | 31 日目 | □ 211~217 | □ 204~210          | □ 155~161            | □ 57~63              |                      |
| / / | 32 日目 | □ 218~224 | □ 211~217          | □ 162~168            | □ 64~70              |                      |
| / / | 33 日目 | □ 225~231 | □ 218~224          | □ 169~175            | □ 71~77              |                      |
| / / | 34 日目 | □ 232~238 | □ 225~231          | □ 176~182            | □ 78~84              |                      |
| / / | 35 日目 | □ 239~245 | □ 232~238          | □ 183~189            | □ 85~91              |                      |
| / / | 36 日目 | □ 246~251 | □ 239~245          | □ 190~196            | □ 92~98              |                      |
| / / | 37 日目 |           | □ 246~251          | □ 197~203            | □ 99~105             |                      |
| / / | 38 日目 |           |                    | □ 204~210            | □ 106~112            |                      |
| / / | 39 日目 |           |                    | □ 211~217            | □ 113~119            |                      |
| / / | 40 日目 |           |                    | □ 218~224            | □ 120~126            |                      |
| / / | 41 日目 |           |                    | □ 225~231            | □ 127~133            |                      |
| / / | 42 日目 |           |                    | □ 232~238            | □ 134~140            |                      |
| / / | 43 日目 |           |                    | □ 239~245            | □ 141~147            |                      |
| / / | 44 日目 |           |                    | □ 246~251            | □ 148~154            |                      |
| / / | 45 日目 |           |                    |                      | □ 155~161            |                      |

| 日付  | 日数    | ①初回 | ②復習 1 回目<br>(①の翌日) | ③復習 2 回目<br>(②の1週間後) | ④復習 3 回目<br>(③の2週間後)             | ⑤復習 4 回目<br>(④の4週間後)             |
|-----|-------|-----|--------------------|----------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| / / | 46 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 162~168 |                                  |
| / / | 47 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 169~175 |                                  |
| / / | 48 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 176~182 |                                  |
| / / | 49 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 183~189 |                                  |
| / / | 50 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 190~196 |                                  |
| / / | 51 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 197~203 | <input type="checkbox"/> 1~7     |
| / / | 52 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 204~210 | <input type="checkbox"/> 8~14    |
| / / | 53 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 211~217 | <input type="checkbox"/> 15~21   |
| / / | 54 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 218~224 | <input type="checkbox"/> 22~28   |
| / / | 55 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 225~231 | <input type="checkbox"/> 29~35   |
| / / | 56 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 232~238 | <input type="checkbox"/> 36~42   |
| / / | 57 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 239~245 | <input type="checkbox"/> 43~49   |
| / / | 58 日目 |     |                    |                      | <input type="checkbox"/> 246~251 | <input type="checkbox"/> 50~56   |
| / / | 59 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 57~63   |
| / / | 60 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 64~70   |
| / / | 61 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 71~77   |
| / / | 62 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 78~84   |
| / / | 63 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 85~91   |
| / / | 64 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 92~98   |
| / / | 65 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 99~105  |
| / / | 66 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 106~112 |
| / / | 67 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 113~119 |
| / / | 68 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 120~126 |
| / / | 69 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 127~133 |
| / / | 70 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 134~140 |
| / / | 71 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 141~147 |
| / / | 72 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 148~154 |
| / / | 73 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 155~161 |
| / / | 74 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 162~168 |
| / / | 75 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 169~175 |
| / / | 76 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 176~182 |
| / / | 77 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 183~189 |
| / / | 78 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 190~196 |
| / / | 79 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 197~203 |
| / / | 80 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 204~210 |
| / / | 81 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 211~217 |
| / / | 82 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 218~224 |
| / / | 83 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 225~231 |
| / / | 84 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 232~238 |
| / / | 85 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 239~245 |
| / / | 86 日目 |     |                    |                      |                                  | <input type="checkbox"/> 246~251 |