

	男子バレー	女子バレー	男子バスケ	女子バスケ	男子テニス	女子テニス	野球	サッカー	剣道	柔道	陸上	水泳	吹奏楽部	美術同好会
1	木 活動日	木 休養	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日
2	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日
3	土 休養	土 活動日	土 活動日	土 休養	土 公式大会	土 合宿練習試合	土 合宿練習試合	土 活動日	土 合宿練習試合	土 休養	土 活動日	土 休養	土 活動日	土 休養
4	日 合宿練習試合	日 休養	日 休養	日 活動日	日 休養	日 公式大会	日 休養	日 休養	日 合宿練習試合	日 活動日	日 休養	日 休養	日 休養	日 休養
5	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 休養	月 活動日	月 活動日	月 休養	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日
6	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日
7	水 休養	水 活動日	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養
8	木 活動日	木 合宿練習試合	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日
9	金 活動日	金 休養	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日
10	土 活動日	土 活動日	土 活動日	土 活動日	土 活動日	土 活動日	土 休養	土 活動日	土 活動日	土 活動日	土 活動日	土 活動日	土 休養	土 休養
11	日 活動日	日 公式大会	日 活動日	日 活動日	日 休養	日 合宿練習試合	日 合宿練習試合	日 休養	日 休養	日 休養	日 休養	日 休養	日 活動日	日 休養
12	月 活動日	月 休養	月 活動日	月 休養	月 活動日	月 活動日	月 休養	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日
13	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日
14	水 公式大会	水 休養	水 公式大会	水 公式大会	水 公式大会	水 公式大会	水 公式大会	水 休養	水 公式大会	水 公式大会	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養
15	木 休養	木 休養	木 休養	木 休養	木 活動日	木 休養	木 活動日	木 活動日	木 休養	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日
16	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日
17	土 活動日	土 活動日	土 休養	土 活動日	土 活動日	土 活動日	土 公式大会	土 休養	土 活動日	土 活動日	土 公式大会	土 休養	土 休養	土 休養
18	日 休養	日 休養	日 休養	日 休養	日 休養	日 休養	日 公式大会	日 公式大会	日 休養	日 休養	日 休養	日 休養	日 活動日	日 休養
19	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 休養	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日
20	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日
21	水 休養	水 合宿練習試合	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養
22	木 活動日	木 休養	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日
23	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日
24	土 休養	土 活動日	土 休養	土 休養	土 活動日	土 公式大会	土 合宿練習試合	土 公式大会	土 活動日	土 休養	土 休養	土 活動日	土 活動日	土 休養
25	日 活動日	日 休養	日 活動日	日 活動日	日 休養	日 公式大会	日 休養	日 公式大会	日 公式大会	日 休養	日 活動日	日 休養	日 休養	日 休養
26	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 休養	月 休養	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日	月 活動日
27	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日	火 活動日
28	水 休養	水 合宿練習試合	水 休養	水 休養	水 活動日	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養	水 休養
29	木 活動日	木	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日	木 活動日
30	金 活動日	金	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日	金 活動日
31	土 活動日		土 休養	土 休養	土 公式大会	土 休養	土 公式大会	土 公式大会	土 活動日	土 活動日	土 活動日	土 休養	土 活動日	土 休養
活動日	22	15	21	21	22	17	17	19	19	22	21	19	23	19
公式大会	1	1	1	1	3	4	4	4	2	1	1	0	0	0
合宿・練習試合	1	3	0	0	0	2	3	0	2	0	0	0	0	0
休養日	7	9	9	9	6	8	7	8	8	8	9	12	8	12
休養日/週	1.8	2.3	2.3	2.3	1.5	2.0	1.8	2.0	2.0	2.0	2.3	3.0	2.0	3.0
	男子バレー	女子バレー	男子バスケ	女子バスケ	男子テニス	女子テニス	野球	サッカー	剣道	柔道	陸上(長距離)	水泳	吹奏楽部	美術同好会