

	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	活動日	休養	活動日	活動日	活動日	活動日	休養	休養	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
2	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
3	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養
4	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
5	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
6	休養	活動日	活動日	休養	公式大会	公式大会	公式大会	公式大会	活動日	活動日	公式大会	休養	休養	休養
7	休養	休養	休養	活動日	公式大会	公式大会	公式大会	公式大会	休養	休養	休養	休養	活動日	休養
8	活動日	活動日	活動日	活動日	休養	休養	休養	休養	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
9	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
10	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養
11	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
12	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
13	休養	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養	合宿練習試合	活動日	休養	活動日	休養	活動日	休養
14	休養	休養	休養	休養	休養	休養	活動日	合宿練習試合	休養	活動日	休養	公式大会	休養	活動日
15	活動日	活動日	休養	活動日	活動日	活動日	休養	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
16	休養	活動日	休養	休養	休養	休養	活動日	活動日	活動日	休養	休養	活動日	休養	休養
17	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養
18	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
19	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
20	活動日	休養	活動日	休養	休養	休養	公式大会	合宿練習試合	活動日	合宿練習試合	合宿練習試合	合宿練習試合	休養	活動日
21	休養	合宿練習試合	休養	活動日	休養	休養	休養	合宿練習試合	休養	合宿練習試合	休養	休養	休養	休養
22	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養	活動日	休養	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
23	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
24	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養
25	活動日	活動日	休養	休養	活動日	休養	活動日	休養	活動日	活動日	活動日	休養	活動日	活動日
26	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養	活動日	休養	活動日
27	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	合宿練習試合	休養	活動日	休養	活動日	休養	活動日
28	休養	休養	休養	休養	休養	休養	休養	合宿練習試合	休養	公式大会	休養	休養	休養	活動日
29	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養	活動日	休養	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
30	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日
31	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養	活動日	活動日	活動日	休養	活動日	活動日
活動日	19	20	19	20	18	17	14	18	19	18	20	14	22	14
公式大会	0	0	0	0	2	3	2	2	1	0	2	0	0	0
合宿・練習試合	0	1	0	0	0	0	6	0	2	1	1	0	0	0
休養日	12	10	12	11	11	11	9	11	9	12	8	17	9	17
休養日/週	3.0	2.5	3.0	2.8	2.8	2.8	2.3	2.8	2.3	3.0	2.0	4.3	2.3	4.3
	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