

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
1	★活動日	★休養	月活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★休養	月活動日	月活動日	1
2	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	月休養	★活動日	★活動日	月活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	2
3	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	3
4	土休養	月休養	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	4
5	日休養	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	5
6	月活動日	★活動日	土休養	月活動日	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	日休養	★活動日	土休養	土休養	6
7	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	月活動日	★活動日	土休養	月活動日	★活動日	★活動日	日休養	7
8	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	8
9	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	9
10	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	10
11	土休養	月活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	11
12	日休養	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	12
13	月活動日	★活動日	土休養	月活動日	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	土休養	13
14	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	日休養	日休養	14
15	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	15
16	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	16
17	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	17
18	土休養	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	18
19	日休養	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	19
20	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	土休養	20
21	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	日休養	21
22	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	22
23	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	23
24	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	24
25	土休養	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	25
26	日休養	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	26
27	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	土休養	27
28	★活動日	★活動日	日休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	28
29	★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			29
30	★活動日	土休養	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	★活動日	土休養	★活動日	30
31			日休養			★活動日	★活動日			★活動日	★活動日	★活動日	31
習熟日	21	17	22	12	0	19	21	19	17	14	18	17	
全然大會	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
学習・練習試合	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
休養日	9	14	8	19	31	11	10	11	14	17	10	14	
休養日/週	2.3	3.5	2.0	4.8	7.8	2.8	2.5	2.8	3.5	4.3	2.5	3.5	
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	