

様式1 令和8年度【 鹿児島県立 大島北 】高等学校 部活動年間計画【 陸上 】部

	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	水 活動日	金 公式大会	月 活動日	水 活動日	土 活動日	火 活動日	木 休養	日 休養	火 活動日	金 休養	月 活動日	水 休養
2	木 休養	土 休養	火 活動日	木 休養	日 休養	水 活動日	金 休養	月 活動日	水 活動日	土 休養	火 活動日	火 休養
3	金 活動日	日 活動日	水 活動日	金 活動日	月 活動日	木 休養	土 休養	火 活動日	木 休養	日 休養	水 活動日	水 休養
4	土 活動日	月 活動日	木 休養	土 活動日	火 活動日	金 活動日	日 休養	水 活動日	金 活動日	月 休養	木 休養	木 休養
5	日 休養	火 活動日	金 活動日	日 休養	水 活動日	土 活動日	月 休養	木 休養	土 活動日	火 休養	金 活動日	金 休養
6	月 活動日	水 活動日	土 活動日	月 活動日	木 休養	日 休養	火 休養	金 休養	日 休養	水 休養	土 活動日	土 活動日
7	火 活動日	木 休養	日 休養	火 活動日	金 活動日	月 活動日	水 休養	土 活動日	月 活動日	木 休養	日 休養	日 休養
8	水 活動日	金 活動日	月 活動日	水 活動日	土 活動日	火 活動日	木 休養	日 休養	火 活動日	金 活動日	月 活動日	月 活動日
9	木 休養	土 活動日	火 活動日	木 休養	日 休養	水 活動日	金 休養	月 活動日	水 活動日	土 活動日	火 休養	火 活動日
10	金 活動日	日 休養	水 活動日	金 活動日	月 休養	木 活動日	土 活動日	火 活動日	木 休養	日 休養	水 休養	水 活動日
11	土 活動日	月 活動日	木 休養	土 活動日	火 休養	金 休養	日 休養	水 活動日	金 活動日	月 活動日	木 休養	木 休養
12	日 休養	火 活動日	金 活動日	日 休養	水 休養	土 休養	月 活動日	木 休養	土 活動日	火 活動日	金 休養	金 活動日
13	月 活動日	水 活動日	土 活動日	月 活動日	木 休養	日 活動日	火 活動日	金 活動日	日 休養	水 活動日	土 休養	土 活動日
14	火 活動日	木 休養	日 休養	火 活動日	金 休養	月 休養	水 活動日	土 活動日	月 活動日	木 休養	日 休養	日 休養
15	水 活動日	金 活動日	月 活動日	水 活動日	土 休養	火 公式大会	木 休養	日 休養	火 活動日	金 活動日	月 休養	月 活動日
16	木 休養	土 活動日	火 休養	木 休養	日 休養	水 公式大会	金 活動日	月 活動日	水 活動日	土 活動日	火 休養	火 活動日
17	金 活動日	日 休養	水 休養	金 活動日	月 休養	木 公式大会	土 活動日	火 休養	木 休養	日 休養	水 休養	水 活動日
18	土 活動日	月 活動日	木 休養	土 活動日	火 休養	金 公式大会	日 休養	水 休養	金 活動日	月 活動日	木 休養	木 休養
19	日 休養	火 活動日	金 休養	日 休養	水 休養	土 休養	月 活動日	木 休養	土 活動日	火 活動日	金 休養	金 活動日
20	月 活動日	水 休養	土 休養	月 活動日	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 休養	日 休養	水 活動日	土 活動日	土 活動日
21	火 活動日	木 公式大会	日 休養	火 活動日	金 活動日	月 活動日	水 活動日	土 休養	月 活動日	木 休養	日 休養	日 休養
22	水 活動日	金 公式大会	月 休養	水 活動日	土 活動日	火 活動日	木 休養	日 休養	火 活動日	金 活動日	月 活動日	月 活動日
23	木 休養	土 公式大会	火 休養	木 休養	日 休養	水 活動日	金 活動日	月 休養	水 休養	土 活動日	火 活動日	火 活動日
24	金 活動日	日 公式大会	水 休養	金 活動日	月 活動日	木 休養	土 活動日	火 休養	木 休養	日 休養	水 活動日	水 活動日
25	土 活動日	月 公式大会	木 休養	土 活動日	火 活動日	金 活動日	日 休養	水 休養	金 休養	月 活動日	木 休養	木 休養
26	日 休養	火 休養	金 休養	日 休養	水 活動日	土 活動日	月 活動日	木 休養	土 休養	火 活動日	金 活動日	金 活動日
27	月 活動日	水 休養	土 活動日	月 活動日	木 休養	日 休養	火 活動日	金 休養	日 休養	水 活動日	土 活動日	土 活動日
28	火 活動日	木 活動日	日 休養	火 活動日	金 活動日	月 活動日	水 活動日	土 休養	月 休養	木 休養	日 休養	日 休養
29	水 活動日	金 活動日	月 活動日	水 活動日	土 活動日	火 活動日	木 休養	日 休養	火 休養	金 活動日		月 活動日
30	木 休養	土 活動日	火 活動日	木 休養	日 休養	水 活動日	金 活動日	月 活動日	水 休養	土 活動日		火 活動日
31		日 休養		金 活動日	月 活動日		土 活動日		木 休養	日 休養		水 活動日
活動日	21	16	14	22	15	18	16	11	16	17	12	19
公式大会	0	6	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0
合宿・練習試合	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
休養日	9	9	16	9	16	8	15	19	15	14	16	12
休養日/週	2.3	2.3	4.0	2.3	4.0	2.0	3.8	4.8	3.8	3.5	4.0	3.0
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月