

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【 バレーボール 】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 活動日	日 活動日	火 活動日	金 活動日	月 休養	水 活動日	土 活動日	月 休養	木 休養	日 休養	火 活動日	1
2	木 活動日	土 活動日	月 休養	水 活動日	土 休養	火 活動日	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 休養	月 休養	月 活動日	2
3	金 活動日	日 休養	火 活動日	木 活動日	日 活動日	水 活動日	金 活動日	月 休養	水 活動日	土 休養	火 休養	火 活動日	3
4	土 休養	月 活動日	水 活動日	金 活動日	月 休養	木 活動日	土 休養	火 活動日	木 活動日	日 活動日	水 休養	水 休養	4
5	日 活動日	火 休養	木 活動日	土 休養	火 活動日	金 活動日	日 活動日	水 活動日	金 活動日	月 活動日	木 休養	木 休養	5
6	月 休養	水 活動日	金 活動日	日 活動日	水 活動日	土 休養	月 休養	木 活動日	土 休養	火 活動日	金 休養	金 活動日	6
7	火 活動日	木 休養	土 休養	月 休養	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 活動日	日 活動日	水 休養	土 休養	土 休養	7
8	水 活動日	金 活動日	日 活動日	火 活動日	金 活動日	月 休養	水 活動日	土 休養	月 休養	木 活動日	日 活動日	日 活動日	8
9	木 活動日	土 活動日	月 休養	水 活動日	土 休養	火 活動日	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 活動日	月 休養	月 休養	9
10	金 活動日	日 休養	火 活動日	木 活動日	日 活動日	水 活動日	金 活動日	月 休養	水 活動日	土 活動日	火 休養	火 活動日	10
11	土 休養	月 活動日	水 活動日	金 活動日	月 活動日	木 活動日	土 休養	火 活動日	木 活動日	日 活動日	水 休養	水 活動日	11
12	日 活動日	火 休養	木 活動日	土 休養	火 休養	金 活動日	日 活動日	水 活動日	金 活動日	月 休養	木 休養	木 活動日	12
13	月 休養	水 活動日	金 活動日	日 活動日	水 活動日	土 休養	月 活動日	木 活動日	土 休養	火 活動日	金 活動日	金 活動日	13
14	火 活動日	木 休養	土 休養	月 休養	木 活動日	日 活動日	火 休養	金 活動日	日 活動日	水 休養	土 休養	土 休養	14
15	水 活動日	金 休養	日 活動日	火 活動日	金 活動日	月 活動日	水 活動日	土 休養	月 休養	木 公式大会	日 活動日	日 活動日	15
16	木 活動日	土 活動日	月 活動日	水 活動日	土 休養	火 休養	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 公式大会	月 休養	月 休養	16
17	金 公式大会	日 休養	火 休養	木 活動日	日 活動日	水 活動日	金 活動日	月 活動日	水 活動日	土 公式大会	火 活動日	火 活動日	17
18	土 公式大会	月 活動日	水 休養	金 活動日	月 休養	木 活動日	土 休養	火 休養	木 活動日	日 公式大会	水 活動日	水 活動日	18
19	日 公式大会	火 休養	木 休養	土 休養	火 活動日	金 活動日	日 活動日	水 休養	金 活動日	月 休養	木 活動日	木 活動日	19
20	月 休養	水 活動日	金 休養	日 活動日	水 活動日	土 休養	月 休養	木 休養	土 休養	火 活動日	金 活動日	金 活動日	20
21	火 活動日	木 活動日	土 活動日	月 休養	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 休養	日 活動日	水 活動日	土 休養	土 休養	21
22	水 活動日	金 活動日	日 休養	火 活動日	金 活動日	月 活動日	水 活動日	土 活動日	月 休養	木 活動日	日 活動日	日 活動日	22
23	木 活動日	土 活動日	月 休養	水 活動日	土 休養	火 活動日	木 活動日	日 休養	火 活動日	金 活動日	月 活動日	月 休養	23
24	金 活動日	日 休養	火 休養	木 活動日	日 活動日	水 休養	金 活動日	月 活動日	水 活動日	土 休養	火 休養	火 活動日	24
25	土 休養	月 活動日	水 休養	金 活動日	月 休養	木 活動日	土 休養	火 休養	木 活動日	日 活動日	水 活動日	水 活動日	25
26	日 活動日	火 休養	木 休養	土 休養	火 活動日	金 活動日	日 活動日	水 休養	金 活動日	月 休養	木 活動日	木 活動日	26
27	月 休養	水 活動日	金 活動日	日 活動日	水 活動日	土 休養	月 活動日	木 休養	土 休養	火 活動日	金 活動日	金 休養	27
28	火 活動日	木 休養	土 休養	月 休養	木 活動日	日 活動日	火 休養	金 活動日	日 活動日	水 活動日	土 休養	土 休養	28
29	水 活動日	金 休養	日 活動日	火 活動日	金 活動日	月 休養	水 公式大会	土 休養	月 休養	木 活動日		日 休養	29
30	木 活動日	土 公式大会	月 休養	水 活動日	土 休養	火 活動日	木 公式大会	日 活動日	火 休養	金 活動日		月 休養	30
31		日 公式大会		木 活動日	日 活動日		金 公式大会		水 休養	土 休養		火 休養	31
増補日	20	16	15	23	22	21	20	17	20	17	12	18	
公式大会	3	2	0	0	0	0	3	0	0	4	0	0	
合宿・練習試合	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
休養日	7	13	15	8	9	9	8	13	11	10	16	13	
休養日/週	1.8	3.3	3.8	2.0	2.3	2.3	2.0	3.3	2.8	2.5	4.0	3.3	
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	

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【 バレーボール(女子) 】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 活動日	月 活動日	水 活動日	土 合宿練習試合	火 活動日	木 活動日	日 休養	火 活動日	金 休養	月 休養	水 活動日
2	木 休養	土 合宿練習試合	火 活動日	木 活動日	日 活動日	水 休養	金 休養	月 活動日	水 休養	土 休養	火 活動日	木 活動日
3	金 活動日	日 公式大会	水 休養	金 活動日	月 休養	木 活動日	土 活動日	火 活動日	木 活動日	日 休養	水 活動日	木 休養
4	土 活動日	月 合宿練習試合	木 活動日	土 活動日	火 活動日	金 活動日	日 活動日	水 活動日	金 活動日	月 休養	木 活動日	木 休養
5	日 合宿練習試合	火 休養	金 活動日	日 休養	水 活動日	土 活動日	月 活動日	木 休養	土 活動日	火 活動日	金 休養	金 活動日
6	月 活動日	水 活動日	土 合宿練習試合	月 活動日	木 活動日	日 休養	火 活動日	金 活動日	日 休養	水 活動日	土 活動日	土 活動日
7	火 休養	木 活動日	日 休養	火 活動日	金 休養	月 活動日	水 休養	土 活動日	月 活動日	木 活動日	日 活動日	日 活動日
8	水 活動日	金 休養	月 活動日	水 休養	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 休養
9	木 活動日	土 活動日	火 活動日	木 活動日	日 合宿練習試合	水 休養	金 活動日	月 活動日	水 休養	土 活動日	火 休養	火 活動日
10	金 活動日	日 合宿練習試合	水 休養	金 活動日	月 活動日	木 活動日	土 合宿練習試合	火 活動日	木 活動日	日 合宿練習試合	水 休養	水 活動日
11	土 活動日	月 活動日	木 活動日	土 活動日	火 活動日	金 活動日	日 休養	水 休養	金 活動日	月 活動日	木 休養	木 活動日
12	日 活動日	火 休養	金 活動日	日 休養	水 休養	土 活動日	月 活動日	木 活動日	土 活動日	火 活動日	金 休養	金 活動日
13	月 休養	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 休養	土 休養	土 活動日
14	火 活動日	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 休養	月 休養	水 休養	土 活動日	月 活動日	木 活動日	日 休養	日 休養
15	水 活動日	金 休養	月 活動日	水 休養	土 休養	火 活動日	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 公式大会	月 休養	月 活動日
16	木 休養	土 活動日	火 休養	木 活動日	日 休養	水 活動日	金 活動日	月 休養	水 休養	土 休養	火 休養	火 活動日
17	金 活動日	日 合宿練習試合	水 休養	金 活動日	月 休養	木 活動日	土 活動日	火 活動日	木 活動日	日 活動日	水 休養	水 休養
18	土 公式大会	月 休養	木 休養	土 活動日	火 休養	金 休養	日 活動日	水 活動日	金 活動日	月 活動日	木 休養	木 活動日
19	日 休養	火 活動日	金 休養	日 活動日	水 休養	土 活動日	月 休養	木 活動日	土 合宿練習試合	火 休養	金 活動日	金 活動日
20	月 活動日	水 活動日	土 活動日	月 休養	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 休養	日 活動日	水 活動日	土 活動日	土 活動日
21	火 活動日	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 活動日	月 休養	水 活動日	土 活動日	月 休養	木 活動日	日 活動日	日 活動日
22	水 活動日	金 休養	月 休養	水 活動日	土 活動日	火 活動日	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 活動日	月 活動日	月 休養
23	木 休養	土 活動日	火 活動日	木 活動日	日 活動日	水 合宿練習試合	金 休養	月 休養	水 活動日	土 活動日	火 活動日	火 活動日
24	金 活動日	日 活動日	水 活動日	金 休養	月 休養	木 公式大会	土 活動日	火 活動日	木 活動日	日 活動日	水 休養	水 活動日
25	土 活動日	月 活動日	木 活動日	土 活動日	火 活動日	金 公式大会	日 合宿練習試合	水 活動日	金 休養	月 休養	木 活動日	木 活動日
26	日 活動日	火 活動日	金 休養	日 活動日	水 活動日	土 休養	月 活動日	木 休養	土 活動日	火 活動日	金 活動日	金 活動日
27	月 休養	水 休養	土 活動日	月 休養	木 活動日	日 休養	火 活動日	金 活動日	日 活動日	水 活動日	土 活動日	土 活動日
28	火 活動日	木 活動日	日 活動日	火 活動日	金 休養	月 活動日	水 活動日	土 活動日	月 休養	木 活動日	日 休養	日 活動日
29	水 合宿練習試合	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 活動日	火 休養	金 休養		月 休養
30	木 活動日	土 休養	火 休養	木 活動日	日 活動日	水 活動日	金 公式大会	月 休養	水 休養	土 活動日		火 活動日
31		日 休養		金 休養	月 活動日		土 公式大会		木 休養	日 活動日		水 活動日
増補日	20	16	19	23	17	19	19	21	18	20	14	24
公式大会	1	2	0	0	0	2	2	0	0	1	0	0
合宿・練習試合	2	4	1	0	2	1	2	0	1	1	0	0
休養日	7	9	10	8	12	8	8	9	11	9	14	7
休養日/週	1.8	2.3	2.5	2.0	3.0	2.0	2.0	2.3	2.8	2.3	3.5	1.8
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月