

# 女子バレー部

2020/8/3

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