

男子ホッケー部

2020/8/3

	8月		9月		10月		11月		
1	土	休養	火	活動日	木	活動日	日	活動日	1
2	日	活動日	水	活動日	金	活動日	月	休養	2
3	月	休養	木	活動日	土	休養	火	活動日	3
4	火	活動日	金	活動日	日	休養	水	活動日	4
5	水	活動日	土	休養	月	休養	木	活動日	5
6	木	活動日	日	活動日	火	休養	金	活動日	6
7	金	活動日	月	休養	水	休養	土	休養	7
8	土	休養	火	活動日	木	活動日	日	活動日	8
9	日	活動日	水	活動日	金	活動日	月	休養	9
10	月	休養	木	活動日	土	休養	火	活動日	10
11	火	活動日	金	活動日	日	活動日	水	活動日	11
12	水	休養	土	休養	月	休養	木	活動日	12
13	木	休養	日	活動日	火	活動日	金	活動日	13
14	金	休養	月	休養	水	活動日	土	休養	14
15	土	活動日	火	活動日	木	活動日	日	活動日	15
16	日	活動日	水	活動日	金	活動日	月	休養	16
17	月	休養	木	活動日	土	休養	火	活動日	17
18	火	活動日	金	活動日	日	公式大会	水	活動日	18
19	水	活動日	土	休養	月	休養	木	活動日	19
20	木	活動日	日	活動日	火	活動日	金	活動日	20
21	金	活動日	月	休養	水	活動日	土	休養	21
22	土	休養	火	活動日	木	活動日	日	休養	22
23	日	活動日	水	活動日	金	活動日	月	休養	23
24	月	休養	木	活動日	土	休養	火	休養	24
25	火	活動日	金	活動日	日	活動日	水	休養	25
26	水	活動日	土	休養	月	休養	木	休養	26
27	木	活動日	日	活動日	火	活動日	金	活動日	27
28	金	活動日	月	休養	水	活動日	土	休養	28
29	土	休養	火	活動日	木	活動日	日	活動日	29
30	日	休養	水	活動日	金	活動日	月	休養	30
31	月	休養			土	休養			31
活動日	18		22		18		17		
公式大会	0		0		1		0		
合宿・練習試合	0		0		0		0		
休養日	13		8		12		13		
休養日/週	3.3		2.0		3.0		3.3		
	9月		10月		11月		12月		