

# 男子ホッケ一部

2021/4/26

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