

	4月		5月		6月		7月		
1	木	休養	土	活動日	火	休養	木	活動日	1
2	金	活動日	日	公式大会	水	休養	金	公式大会	2
3	土	活動日	月	公式大会	木	活動日	土	公式大会	3
4	日	休養	火	休養	金	活動日	日	公式大会	4
5	月	活動日	水	休養	土	活動日	月	休養	5
6	火	活動日	木	公式大会	日	休養	火	活動日	6
7	水	活動日	金	公式大会	月	活動日	水	活動日	7
8	木	休養	土	活動日	火	活動日	木	休養	8
9	金	活動日	日	休養	水	活動日	金	活動日	9
10	土	活動日	月	活動日	木	休養	土	活動日	10
11	日	休養	火	活動日	金	活動日	日	休養	11
12	月	活動日	水	活動日	土	活動日	月	活動日	12
13	火	活動日	木	休養	日	休養	火	活動日	13
14	水	活動日	金	活動日	月	活動日	水	活動日	14
15	木	休養	土	活動日	火	休養	木	休養	15
16	金	活動日	日	休養	水	公式大会	金	活動日	16
17	土	活動日	月	活動日	木	公式大会	土	活動日	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	休養	日	公式大会	火	活動日	20
21	水	活動日	金	活動日	月	休養	水	活動日	21
22	木	休養	土	活動日	火	休養	木	休養	22
23	金	活動日	日	休養	水	活動日	金	活動日	23
24	土	公式大会	月	活動日	木	活動日	土	活動日	24
25	日	公式大会	火	活動日	金	活動日	日	活動日	25
26	月	休養	水	休養	土	活動日	月	休養	26
27	火	活動日	木	活動日	日	休養	火	活動日	27
28	水	活動日	金	公式大会	月	活動日	水	公式大会	28
29	木	活動日	土	公式大会	火	活動日	木	公式大会	29
30	金	活動日	日	公式大会	水	活動日	金	公式大会	30
31			月	公式大会			土	公式大会	31
活動日		20		15		16		17	
公式大会		2		8		5		7	
合宿・練習試合		0		0		0		0	
休養日		8		8		9		7	
休養日/週		2.0		2.0		2.3		1.8	
		9月		10月		11月		12月	