

女子ホッケー部

2021/7/21

	8月		9月		10月		11月		
1	日	活動日	水	活動日	金	活動日	月	活動日	1
2	月	休養	木	休養	土	活動日	火	活動日	2
3	火	活動日	金	活動日	日	休養	水	活動日	3
4	水	活動日	土	活動日	月	活動日	木	休養	4
5	木	休養	日	休養	火	活動日	金	活動日	5
6	金	休養	月	活動日	水	活動日	土	活動日	6
7	土	合宿練習試合	火	活動日	木	休養	日	休養	7
8	日	合宿練習試合	水	活動日	金	活動日	月	活動日	8
9	月	合宿練習試合	木	休養	土	活動日	火	活動日	9
10	火	休養	金	活動日	日	休養	水	活動日	10
11	水	合宿練習試合	土	活動日	月	活動日	木	休養	11
12	木	合宿練習試合	日	休養	火	活動日	金	活動日	12
13	金	休養	月	活動日	水	活動日	土	活動日	13
14	土	活動日	火	活動日	木	休養	日	休養	14
15	日	休養	水	活動日	金	活動日	月	活動日	15
16	月	活動日	木	休養	土	活動日	火	活動日	16
17	火	活動日	金	活動日	日	公式大会	水	休養	17
18	水	活動日	土	活動日	月	休養	木	活動日	18
19	木	休養	日	休養	火	活動日	金	公式大会	19
20	金	活動日	月	活動日	水	活動日	土	公式大会	20
21	土	活動日	火	活動日	木	休養	日	公式大会	21
22	日	活動日	水	活動日	金	活動日	月	公式大会	22
23	月	休養	木	休養	土	活動日	火	休養	23
24	火	活動日	金	活動日	日	休養	水	活動日	24
25	水	休養	土	活動日	月	活動日	木	休養	25
26	木	活動日	日	休養	火	活動日	金	活動日	26
27	金	公式大会	月	活動日	水	活動日	土	活動日	27
28	土	公式大会	火	活動日	木	休養	日	休養	28
29	日	公式大会	水	活動日	金	活動日	月	活動日	29
30	月	公式大会	木	休養	土	活動日	火	活動日	30
31	火	休養			日	休養			31
活動日		12		21		21		18	
公式大会		4		0		1		4	
合宿・練習試合		5		0		0		0	
休養日		10		9		9		8	
休養日/週		2.5		2.3		2.3		2.0	
		9月		10月		11月		12月	