

男子ホッケー部

2021/11/22

	12月		1月		2月		3月		
1	水	活動日	土	休養	火	休養	火	休養	1
2	木	活動日	日	休養	水	活動日	水	活動日	2
3	金	休養	月	休養	木	活動日	木	活動日	3
4	土	活動日	火	休養	金	活動日	金	活動日	4
5	日	活動日	水	活動日	土	休養	土	休養	5
6	月	活動日	木	活動日	日	活動日	日	活動日	6
7	火	休養	金	活動日	月	活動日	月	活動日	7
8	水	活動日	土	休養	火	休養	火	休養	8
9	木	活動日	日	活動日	水	活動日	水	活動日	9
10	金	活動日	月	活動日	木	活動日	木	活動日	10
11	土	休養	火	休養	金	活動日	金	活動日	11
12	日	活動日	水	活動日	土	休養	土	休養	12
13	月	活動日	木	活動日	日	活動日	日	活動日	13
14	火	休養	金	活動日	月	活動日	月	活動日	14
15	水	活動日	土	休養	火	休養	火	休養	15
16	木	活動日	日	活動日	水	休養	水	活動日	16
17	金	活動日	月	活動日	木	休養	木	活動日	17
18	土	公式大会	火	休養	金	活動日	金	活動日	18
19	日	公式大会	水	活動日	土	休養	土	休養	19
20	月	活動日	木	活動日	日	活動日	日	活動日	20
21	火	休養	金	活動日	月	活動日	月	活動日	21
22	水	活動日	土	公式大会	火	休養	火	休養	22
23	木	活動日	日	休養	水	活動日	水	活動日	23
24	金	活動日	月	活動日	木	活動日	木	活動日	24
25	土	休養	火	休養	金	活動日	金	活動日	25
26	日	活動日	水	活動日	土	休養	土	休養	26
27	月	活動日	木	活動日	日	活動日	日	活動日	27
28	火	休養	金	活動日	月	活動日	月	活動日	28
29	水	休養	土	休養			火	休養	29
30	木	休養	日	活動日			水	活動日	30
31	金	休養	月	活動日			木	活動日	31
活動日	19		19		18		22		
公式大会	2		1		0		0		
合宿・練習試合	0		0		0		0		
休養日	10		11		10		9		
休養日/週	2.5		2.8		2.5		2.3		
	9月		10月		11月		12月		