

日	曜日	野球	サッカー	男子ソフトテニス	女子ソフトテニス	弓道	剣道	女子バレーボール	男女バドミントン	男子バスケットボール	女子バスケットボール	卓球	吹奏楽	美術	放送
1	月	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
2	火	基本練習	休養日	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	休養日
3	水	大会	合宿・練習試合	大会	基本練習	基本練習	練成会	合同練習	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	基本練習	休養日	休養日
4	木	大会	基本練習	大会	基本練習	休養日	練成会	合同練習	休養日	基本練習	基本練習	休養日	基本練習	休養日	休養日
5	金	休養日	基本練習	休養日	休養日	休養日	基本練習	合同練習	休養日	基本練習	基本練習	休養日	休養日	休養日	休養日
6	土	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	基本練習	休養日	基本練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
7	日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	県大会	基本練習	休養日	休養日	休養日	基本練習	基本練習	休養日	休養日
8	月	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	休養日
9	火	基本練習	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
10	水	基本練習	休養日	基本練習	休養日	休養日	休養日	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	休養日
11	木	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
12	金	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
13	土	休養日	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	基本練習	休養日	休養日
14	日	合宿・練習試合	基本練習	休養日	大会	休養日	休養日	大会	大会	休養日	休養日	休養日	合同練習会	休養日	休養日
15	月	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	休養日	大会	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	基本練習
16	火	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
17	水	基本練習	休養日	基本練習	休養日	休養日	休養日	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	休養日
18	木	休養日	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
19	金	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
20	土	休養日	大会	大会	基本練習	基本練習	基本練習	大会	大会	大会	大会	大会	基本練習	休養日	休養日
21	日	基本練習	休養日	大会	休養日	休養日	休養日	大会	休養日	大会	大会	大会	休養日	休養日	休養日
22	月	基本練習	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習
23	火	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	ミーティング	ミーティング	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
24	水	基本練習	休養日	基本練習	休養日	休養日	休養日	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	休養日
25	木	休養日	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
26	金	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
27	土	大会	大会	合宿・練習試合	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	休養日	基本練習	休養日	休養日
28	日	大会	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習試合	練習試合	休養日	休養日	休養日	休養日
29	月	休養日	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
30	火	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	基本練習
31	水	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	休養日	基本練習	休養日	基本練習	基本練習	基本練習	休養日	休養日	休養日