

## 令和元年度 八尾市立亀井中学校 女子ソフトテニス部 年間活動予定表

練習 18日	練習 14日	練習 15日	練習 15日	練習 20日	練習 20日	練習 16日	練習 17日	練習 18日	練習 18日	練習 13日	練習 17日
休養 10日	休養 14日	休養 12日	休養 10日	休養 11日	休養 10日	休養 13日	休養 11日	休養 13日	休養 13日	休養 16日	休養 11日
公式戦 2日	公式戦 3日	公式戦 3日	公式戦 6日	公式戦 0日	公式戦 0日	公式戦 2日	公式戦 2日	公式戦 0日	公式戦 0日	公式戦 0日	公式戦 3日

	4月		5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		3月			
日	曜	練習・休養・公式戦	曜	練習・休養・公式戦	曜	練習・休養・公式戦	曜	練習・休養・公式戦	曜	練習・休養・公式戦	曜	練習・休養・公式戦	曜	練習・休養・公式戦	曜	練習・休養・公式戦	曜	練習・休養・公式戦	曜	練習・休養・公式戦	曜	練習・休養・公式戦	曜	練習・休養・公式戦	日	
1	月	休養	水	公式戦	土	練習	月	休養	木	練習	日	休養	火	練習	金	練習	日	休養	水	休養	土	練習	日	休養	1	
2	火	休養	木	練習	日	公式戦	火	練習	金	練習	月	練習	水	休養	土	練習	月	練習	木	休養	日	休養	月	練習	2	
3	水	休養	金	休養	月	休養	水	休養	土	練習	火	練習	木	練習	日	練習	火	練習	金	休養	月	練習	火	練習	3	
4	木	練習	土	休養	火	練習	木	練習	日	休養	水	休養	金	練習	月	練習	水	休養	土	休養	火	練習	水	休養	4	
5	金	休養	日	休養	水	休養	金	練習	月	練習	木	練習	土	練習	火	練習	木	練習	日	練習	水	休養	木	練習	5	
6	土	練習	月	休養	木	練習	土	公式戦	火	練習	金	練習	日	休養	水	休養	金	練習	月	練習	木	練習	金	練習	6	
7	日	休養	火	練習	金	練習	日	休養	水	休養	土	練習	月	練習	木	練習	土	練習	火	休養	金	練習	土	練習	7	
8	月	休養	水	休養	土	練習	月	練習	木	練習	日	練習	火	練習	金	練習	日	休養	水	休養	土	練習	日	休養	8	
9	火	練習	木	練習	日	休養	火	練習	金	練習	月	休養	水	練習	土	練習	月	練習	木	練習	日	休養	月	休養	9	
10	水	練習	金	練習	月	練習	水	休養	土	練習	火	練習	木	休養	日	練習	火	練習	金	休養	月	練習	火	練習	10	
11	木	練習	土	練習	火	練習	木	練習	日	休養	水	休養	金	練習	月	練習	水	休養	土	練習	火	練習	水	休養	11	
12	金	練習	日	休養	水	休養	金	練習	月	休養	木	練習	土	練習	火	練習	木	練習	日	練習	水	休養	木	練習	12	
13	土	練習	月	練習	木	練習	土	公式戦	火	休養	金	練習	日	休養	水	休養	金	練習	月	休養	木	練習	金	練習	13	
14	日	休養	火	練習	金	練習	日	公式戦	水	休養	土	練習	月	休養	木	練習	土	練習	火	練習	金	練習	土	練習	14	
15	月	練習	水	休養	土	練習	月	公式戦	木	休養	日	練習	火	練習	金	練習	日	休養	水	休養	土	練習	日	休養	15	
16	火	練習	木	練習	日	休養	火	休養	金	練習	月	休養	水	休養	土	公式戦	月	練習	木	練習	日	休養	月	練習	16	
17	水	休養	金	休養	月	練習	水	休養	土	練習	火	練習	木	休養	日	公式戦	火	練習	金	練習	月	練習	火	練習	17	
18	木	練習	土	休養	火	練習	木	練習	日	休養	水	休養	金	練習	月	練習	水	休養	土	練習	火	練習	水	休養	18	
19	金	練習	日	休養	水	休養	金	練習	月	練習	木	練習	土	休養	火	練習	木	練習	日	休養	水	休養	木	練習	19	
20	土	練習	月	休養	木	休養	土	練習	火	練習	金	練習	日	休養	水	休養	金	練習	月	練習	木	休養	金	公式戦	20	
21	日	練習	火	練習	金	練習	日	練習	水	休養	土	練習	月	練習	木	休養	土	練習	火	練習	金	休養	土	公式戦	21	
22	月	休養	水	練習	土	休養	月	休養	木	練習	日	休養	火	休養	金	休養	日	休養	水	休養	土	休養	日	公式戦	22	
23	火	練習	木	休養	日	休養	火	練習	金	練習	月	練習	水	休養	土	休養	月	休養	木	練習	日	休養	月	休養	23	
24	水	休養	金	練習	月	練習	水	休養	土	練習	火	練習	木	練習	日	休養	火	練習	金	練習	月	休養	火	休養	24	
25	木	練習	土	公式戦	火	休養	木	練習	日	休養	水	休養	金	練習	月	休養	水	休養	土	練習	火	休養	水	休養	25	
26	金	練習	日	公式戦	水	休養	金	練習	月	練習	木	練習	土	公式戦	火	休養	木	練習	日	休養	水	休養	木	練習	26	
27	土	練習	月	休養	木	休養	土	公式戦	火	練習	金	練習	日	公式戦	水	休養	金	練習	月	練習	木	休養	金	練習	27	
28	日	練習	火	練習	金	練習	日	公式戦	水	休養	土	休養	月	休養	木	休養	土	休養	火	練習	金	休養	土	練習	28	
29	月	公式戦	水	休養	土	公式戦	月	休養	木	練習	日	休養	火	練習	金	練習	日	休養	水	休養	土	休養	日	休養	29	
30	火	公式戦	木	練習	日	公式戦	火	練習	金	練習	月	練習	水	休養	土	練習	月	休養	木	練習				月	練習	30
31			金	練習			水	休養	土	練習			木	練習			火	休養	金	練習				火	練習	31