

令和元年度 八尾市立亀井中学校 女子バレーボール部 年間活動予定表

練習 22日	練習 14日	練習 14日	練習 21日	練習 18日	練習 18日	練習 21日	練習 19日	練習 23日	練習 21日	練習 21日	練習 21日
休養 7日	休養 17日	休養 14日	休養 9日	休養 11日	休養 10日	休養 8日	休養 8日	休養 8日	休養 10日	休養 8日	休養 10日
公式戦 1日	公式戦 0日	公式戦 2日	公式戦 1日	公式戦 2日	公式戦 2日	公式戦 2日	公式戦 3日	公式戦 0日	公式戦 0日	公式戦 0日	公式戦 0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	休養	土	練習	月	休養	木	練習	日	練習	火	休養	金	練習	日	練習	水	休養	土	練習	日	練習	1	
2	火	休養	木	休養	日	練習	火	練習	金	公式戦	月	休養	水	休養	土	練習	月	休養	木	練習	日	練習	月	休養	2	
3	水	練習	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	練習	月	休養	火	練習	3	
4	木	練習	土	練習	火	練習	木	練習	日	休養	水	休養	金	練習	月	休養	水	休養	土	練習	火	練習	水	休養	4	
5	金	練習	日	練習	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	練習	木	練習	土	練習	火	練習	金	練習	日	練習	水	休養	金	練習	月	休養	木	練習	金	練習	6	
7	日	練習	火	練習	金	練習	日	練習	水	休養	土	公式戦	月	休養	木	練習	土	練習	火	練習	金	練習	土	練習	7	
8	月	休養	水	休養	土	練習	月	休養	木	練習	日	公式戦	火	練習	金	練習	日	練習	水	休養	土	練習	日	練習	8	
9	火	練習	木	休養	日	練習	火	練習	金	練習	月	休養	水	休養	土	公式戦	月	練習	木	練習	日	練習	月	休養	9	
10	水	練習	金	練習	月	休養	水	休養	土	練習	火	練習	木	練習	日	公式戦	火	練習	金	練習	月	休養	火	練習	10	
11	木	練習	土	練習	火	練習	木	練習	日	練習	水	休養	金	練習	月	休養	水	休養	土	練習	火	練習	水	休養	11	
12	金	練習	日	練習	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	12	
13	土	公式戦	月	休養	木	練習	土	練習	火	休養	金	練習	日	練習	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	練習	水	休養	土	練習	月	休養	木	練習	土	練習	火	休養	金	練習	土	練習	14	
15	月	練習	水	休養	土	公式戦	月	休養	木	休養	日	練習	火	練習	金	練習	日	練習	水	休養	土	練習	日	練習	15	
16	火	練習	木	休養	日	公式戦	火	練習	金	休養	月	休養	水	休養	土	公式戦	月	休養	木	練習	日	練習	月	休養	16	
17	水	休養	金	休養	月	休養	水	休養	土	休養	火	練習	木	練習	日	休養	火	練習	金	練習	月	休養	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	公式戦	火	練習	木	練習	日	練習	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	公式戦	水	休養	金	練習	月	休養	木	練習	金	練習	20	
21	日	練習	火	休養	金	休養	日	練習	水	休養	土	練習	月	練習	木	練習	土	練習	火	練習	金	練習	土	練習	21	
22	月	休養	水	休養	土	休養	月	休養	木	練習	日	練習	火	練習	金	練習	日	練習	水	休養	土	練習	日	練習	22	
23	火	練習	木	休養	日	休養	火	練習	金	練習	月	練習	水	休養	土	練習	月	休養	木	練習	日	練習	月	休養	23	
24	水	休養	金	練習	月	休養	水	休養	土	練習	火	練習	木	練習	日	練習	火	練習	金	練習	月	休養	火	練習	24	
25	木	練習	土	練習	火	休養	木	練習	日	練習	水	休養	金	練習	月	休養	水	休養	土	練習	火	練習	水	休養	25	
26	金	練習	日	練習	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	26	
27	土	練習	月	休養	木	休養	土	公式戦	火	練習	金	練習	日	練習	水	休養	金	練習	月	休養	木	練習	金	練習	27	
28	日	練習	火	練習	金	練習	日	練習	水	休養	土	休養	月	練習	木	練習	土	練習	火	練習	金	練習	土	練習	28	
29	月	練習	水	休養	土	練習	月	練習	木	練習	日	休養	火	練習	金	練習	日	練習	水	休養	土	練習	日	練習	29	
30	火	練習	木	練習	日	練習	火	練習	金	練習	月	休養	水	休養	土	練習	月	休養	木	練習				月	休養	30
31			金	練習			水	休養	土	公式戦			木	練習			火	練習	金	練習			火	休養	31	