

龍ヶ崎市立龍ヶ崎中学校 男子ソフトテニス部 年間計画

4月

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

5月

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

6月

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

7月

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

8月

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

9月

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

10月

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

11月

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

12月

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

1月

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

2月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
3	休	休	1	1	休	1	3	休	1	休	1	休	1	3	休	休	休	休	1	3	3	休	休	休	1	1	1

3月

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