

サッカー部		
1	月	休養日
2	火	休養日
3	水	休養日
4	木	休養日
5	金	3時間
6	土	大会等
7	日	大会等
8	月	休養日
9	火	3時間
10	水	3時間
11	木	3時間
12	金	2時間
13	土	大会等
14	日	3時間
15	月	3時間
16	火	休養日
17	水	3時間
18	木	3時間
19	金	3時間
20	土	3時間
21	日	3時間
22	月	大会等
23	火	大会等
24	水	大会等
25	木	大会等
26	金	大会等
27	土	3時間
28	日	3時間
29	月	休養日
30	火	3時間
31	水	3時間

バドミントン部		
1	月	休養日
2	火	休養日
3	水	休養日
4	木	休養日
5	金	3時間
6	土	3時間
7	日	3時間
8	月	休養日
9	火	3時間
10	水	3時間
11	木	3時間
12	金	3時間
13	土	3時間
14	日	休養日
15	月	3時間
16	火	3時間
17	水	3時間
18	木	3時間
19	金	3時間
20	土	休養日
21	日	休養日
22	月	3時間
23	火	3時間
24	水	3時間
25	木	3時間
26	金	3時間
27	土	休養日
28	日	3時間
29	月	3時間
30	火	3時間
31	水	3時間

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

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

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

バスケットボール部		
1	月	休養日
2	火	休養日
3	水	休養日
4	木	休養日
5	金	2時間30分
6	土	休養日
7	日	3時間
8	月	休養日
9	火	2時間30分
10	水	2時間30分
11	木	2時間30分
12	金	2時間30分
13	土	休養日
14	日	3時間
15	月	3時間
16	火	休養日
17	水	2時間30分
18	木	2時間30分
19	金	2時間
20	土	大会等
21	日	大会等
22	月	休養日
23	火	2時間30分
24	水	2時間30分
25	木	2時間30分
26	金	2時間30分
27	土	大会等
28	日	休養日
29	月	2時間30分
30	火	2時間30分
31	水	2時間30分

ロボット研究部		
1	月	休養日
2	火	休養日
3	水	休養日
4	木	休養日
5	金	3時間
6	土	4時間
7	日	4時間
8	月	3時間
9	火	3時間
10	水	3時間
11	木	3時間
12	金	3時間
13	土	4時間
14	日	5時間
15	月	6時間
16	火	3時間
17	水	3時間
18	木	3時間
19	金	3時間
20	土	4時間
21	日	4時間
22	月	7時間
23	火	7時間
24	水	7時間
25	木	7時間
26	金	7時間
27	土	4時間
28	日	4時間
29	月	7時間
30	火	7時間
31	水	7時間

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

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

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

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

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

ソフトボール部	
1月	休養日
2火	休養日
3水	休養日
4木	休養日
5金	3時間
6土	3時間
7日	4時間30分
8月	休養日
9火	2時間30分
10水	2時間30分
11木	2時間30分
12金	2時間30分
13土	7時間
14日	4時間30分
15月	休養日
16火	2時間30分
17水	2時間30分
18木	2時間30分
19金	3時間
20土	7時間
21日	4時間30分
22月	休養日
23火	5時間
24水	5時間
25木	5時間
26金	5時間
27土	7時間
28日	4時間
29月	休養日
30火	5時間
31水	5時間

テニス部	
1月	休養日
2火	2時間30分
3水	休養日
4木	休養日
5金	4時間
6土	大会等
7日	大会等
8月	大会等
9火	2時間
10水	2時間
11木	大会等
12金	大会等
13土	大会等
14日	大会等
15月	3時間
16火	2時間30分
17水	2時間30分
18木	2時間30分
19金	4時間
20土	3時間
21日	休養日
22月	3時間
23火	3時間
24水	3時間
25木	大会等
26金	大会等
27土	3時間
28日	休養日
29月	3時間
30火	3時間
31水	3時間

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