

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