

別紙

日	曜	活動内容※1 (休養日)	活動計画 (時間)	実活動 時間	週 活動 時間
1	月	練習	2.5	2	14.5h
2	火	練習	2.5	2	
3	水	練習	2.5	2	
4	木	練習	2.5	2	
5	金	練習	2.5	2	
6	土	休養日	0	0	
7	日	練習	5	4.5	
8	月	練習	2.5	2	20.0h
9	火	練習	2.5	2	
10	水	練習	4.5	4	
11	木	練習	4.5	4	
12	金	練習	4.5	4	
13	土	練習	4.5	4	
14	日	休養日	0	0	
15	月	練習	4.5	4	16.0h
16	火	練習	2.5	2	
17	水	練習	2.5	2	
18	木	練習	2.5	2	
19	金	練習	2.5	2	
20	土	練習	4.5	4	
21	日	休養日	0	0	
22	月	練習	4.5	4	24.0h
23	火	練習	4.5	4	
24	水	練習	4.5	4	
25	木	練習	4.5	4	
26	金	練習	4.5	4	
27	土	休養日	0	0	
28	日	練習	4.5	4	
29	月	練習	4.5	4	12.0h
30	火	練習	4.5	4	
31	水	練習	4.5	4	