

# 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	日	休養日	0	0	0.0h
2	月	練習	2.5	2	14.0h
3	火	練習	2.5	2	
4	水	練習	2.5	2	
5	木	練習	2.5	2	
6	金	練習	2.5	2	
7	土	休養日	0	0	
8	日	練習	4.5	4	
9	月	練習	2.5	2	14.0h
10	火	練習	2.5	2	
11	水	練習	2.5	2	
12	木	練習	2.5	2	
13	金	練習	2.5	2	
14	土	練習	4.5	4	
15	日	休養日	0	0	