

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	水	休養日	0		0.0h
2	木	休養日	0		
3	金	休養日	0		
4	土	休養日	0		
5	日	休養日	0		
6	月	練習	4.5		16.0h
7	火	練習	2.5		
8	水	練習	2.5		
9	木	練習	2.5		
10	金	練習	2.5		
11	土	練習	4.5		
12	日	休養日	0		16.0h
13	月	練習	4.5		
14	火	練習	2.5		
15	水	練習	2.5		
16	木	練習	2.5		
17	金	練習	2.5		
18	土	練習	4.5		
19	日	休養日	0		14.0h
20	月	練習	2.5		
21	火	練習	2.5		
22	水	練習	2.5		
23	木	練習	2.5		
24	金	練習	2.5		
25	土	練習	4.5		
26	日	休養日	0		
27	月	練習	2.5		2.5h
28	火	休養日	0		
29	水	休養日	0		
30	木	休養日	0		
31	金	休養日	0		