

【入力の際の留意点】 「公式試合」とは中体連主催の大会、吹奏楽コンクールなど出張命令で引率させた大会のこと、協会主催、冠大会などの大会(試合)はすべて「各種大会」としてください。

	野球	サッカー	ソフトボール	陸上	男子ソフトテニス	女子ソフトテニス	水泳	男子バレー(S・B)	女子バレー(S・B)	男子バスケ	女子バスケ	卓球	柔道	剣道	吹奏楽	美術				
1	水	活動日	活動日	休養日	休養日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	休養日	休養日	休養日	1	水	
2	木	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	2	木	
3	金	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	3	金	
4	土	各種大会	各種大会	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	練習試合	各種大会	活動日	活動日	各種大会	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	4	土
5	日	各種大会	各種大会	休養日	各種大会	休養日	休養日	休養日	休養日	各種大会	休養日	休養日	各種大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	5	日
6	月	休養日	休養日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	休養日	休養日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	6	月	
7	火	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	休養日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	7	火	
8	水	活動日	活動日	休養日	休養日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	休養日	休養日	活動日	8	水	
9	木	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	9	木
10	金	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	10	金	
11	土	練習試合	休養日	活動日	活動日	練習試合	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	練習試合	活動日	活動日	活動日	活動日	11	土	
12	日	休養日	活動日	休養日	各種大会	休養日	休養日	休養日	練習試合	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	12	日	
13	月	休養日	活動日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	13	月	
14	火	活動日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	14	火	
15	水	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	15	水	
16	木	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	16	木	
17	金	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	17	金	
18	土	公式大会	各種大会	練習試合	活動日	活動日	活動日	活動日	練習試合	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	18	土	
19	日	公式大会	休養日	休養日	各種大会	休養日	各種大会	休養日	活動日	休養日	休養日	休養日	休養日	活動日	休養日	休養日	休養日	19	日	
20	月	休養日	活動日	活動日	休養日	活動日	休養日	活動日	休養日	休養日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	20	月	
21	火	練習試合	活動日	活動日	活動日	休養日	休養日	活動日	各種大会	練習試合	練習試合	休養日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	21	火	
22	水	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	休養日	22	水	
23	木	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	23	木	
24	金	休養日	活動日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	活動日	休養日	休養日	休養日	24	金	
25	土	練習試合	各種大会	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	各種大会	活動日	公式大会	活動日	活動日	25	土	
26	日	休養日	各種大会	休養日	各種大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	各種大会	休養日	公式大会	休養日	休養日	26	日	
27	月	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	休養日	活動日	活動日	27	月	
28	火	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	28	火	
29	水	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	休養日	活動日	休養日	休養日	29	水	
30	木	休養日	休養日	活動日	休養日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	30	木	
31	金	休養日	活動日	活動日	休養日	活動日	休養日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	活動日	31	金	
活動日	16	17	19	18	20	18	20	20	18	21	21	18	21	20	20	19	活動日			
公式大会	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	公式大会			
各種大会	2	5	0	4	0	1	0	1	2	0	0	4	0	0	0	0	各種大会			
練習試合	3	0	1	0	1	0	0	2	2	1	0	1	0	0	0	0	練習試合			
合宿	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	合宿			
休養日	8	9	11	9	10	12	11	8	9	9	10	8	10	9	11	12	休養日			
休養日/月	26.7%	30.0%	36.7%	30.0%	33.3%	40.0%	36.7%	26.7%	30.0%	30.0%	33.3%	26.7%	33.3%	30.0%	36.7%	40.0%	休養日/月			
	野球	サッカー	ソフトボール	陸上	男子ソフトテニス	女子ソフトテニス	水泳	男子バレー(S・B)	女子バレー(S・B)	男子バスケ	女子バスケ	卓球	柔道	剣道	吹奏楽	美術				

【備考】「休養日/月」のパーセント数が概ね30%以上を目標にしています。