

令和7年度 下館第二高等学校【男子バスケットボール部】

休養日	4月	日数	時間	5月	日数	時間	6月	日数	時間	7月	日数	時間	8月	日数	時間	9月	日数	時間
練習	活動	22	50	活動	19	48	活動	13	30	活動	21	48	活動	19	42	活動	22	44
練習試合	大会等	2		大会等	3		大会等	2		大会等	3		大会等	2		大会等	0	
大会	休養日	6		休養日	9		休養日	15		休養日	7		休養日	10		休養日	8	

4月				5月			6月			7月			8月			9月			
日	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	日
1	火	練習	2	木	練習	2	日	練習	2	火	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	1
2	水	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	水	休養日	0	土	練習	2	火	練習	2	2
3	木	練習	2	土	練習試合	4	火	練習	2	木	休養日	0	日	練習	2	水	練習	2	3
4	金	練習	2	日	練習試合	4	水	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	木	練習	2	4
5	土	練習	2	月	休養日	0	木	練習	2	土	練習	2	火	練習	2	金	練習	2	5
6	日	練習試合	3	火	練習	2	金	練習	2	日	練習	2	水	練習	2	土	練習	2	6
7	月	休養日	0	水	休養日	0	土	練習	2	月	休養日	0	木	練習	2	日	練習	2	7
8	火	練習	2	木	練習	2	日	練習試合	2	火	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	8
9	水	休養日	0	金	大会	2	月	休養日	0	水	練習	2	土	練習	2	火	練習	2	9
10	木	練習	2	土	休養日	0	火	練習	2	木	練習	2	日	練習	2	水	練習	2	10
11	金	練習	2	日	休養日	0	水	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	木	練習	2	11
12	土	練習	2	月	練習	2	木	練習	2	土	練習	2	火	休養日	0	金	練習	2	12
13	日	練習	2	火	練習	2	金	練習	2	日	練習	2	水	休養日	0	土	練習	2	13
14	月	休養日	0	水	練習	2	土	大会	2	月	休養日	0	木	休養日	0	日	練習	2	14
15	火	練習	2	木	休養日	0	日	大会	2	火	練習	2	金	休養日	0	月	休養日	0	15
16	水	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	水	練習	2	土	休養日	0	火	練習	2	16
17	木	練習	2	土	練習	2	火	休養日	0	木	練習	2	日	練習	2	水	練習	2	17
18	金	練習	2	日	練習	2	水	練習	2	金	練習	2	月	練習	2	木	練習	2	18
19	土	大会	2	月	休養日	0	木	休養日	0	土	大会	2	火	練習	2	金	練習	2	19
20	日	大会	2	火	練習	2	金	休養日	0	日	練習	2	水	練習	2	土	練習	2	20
21	月	休養日	0	水	練習	2	土	休養日	0	月	休養日	0	木	練習	2	日	練習	2	21
22	火	休養日	0	木	練習	2	日	休養日	0	火	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	22
23	水	練習	2	金	練習	2	月	練習	2	水	練習	2	土	大会	2	火	練習	2	23
24	木	練習	2	土	大会	2	火	休養日	0	木	練習	2	日	大会	2	水	練習	2	24
25	金	練習	2	日	大会	2	水	休養日	0	金	大会	2	月	休養日	0	木	練習	2	25
26	土	練習	2	月	休養日	0	木	休養日	0	土	大会	2	火	休養日	0	金	練習	2	26
27	日	練習	2	火	休養日	0	金	休養日	0	日	練習	2	水	練習	2	土	休養日	0	27
28	月	休養日	0	水	練習	2	土	休養日	0	月	休養日	0	木	練習	2	日	休養日	0	28
29	火	練習試合	3	木	練習	2	日	休養日	0	火	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	29
30	水	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	水	練習	2	土	練習	2	火	休養日	0	30
31				土	休養日	0				木	練習	2	日	練習	2				31

様式3-1

10月	日数	時間	11月	日数	時間	12月	日数	時間	1月	日数	時間	2月	日数	時間	3月	日数	時間
活動	21	46	活動	22	52	活動	24	48	活動	11	28	活動	19	38	活動	21	42
大会等	2		大会等	4		大会等	0		大会等	3		大会等	0		大会等	0	
休養日	8		休養日	4		休養日	7		休養日	17		休養日	9		休養日	10	

10月				11月			12月			1月			2月			3月			
日	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	日
1	水	休養日	0	土	練習	2	月	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	日	練習	2	1
2	木	休養日	0	日	練習	2	火	練習	2	金	休養日	0	月	休養日	0	月	休養日	0	2
3	金	練習	2	月	休養日	0	水	練習	2	土	休養日	0	火	練習	2	火	休養日	0	3
4	土	練習	2	火	練習	2	木	練習	2	日	練習	2	水	練習	2	水	休養日	0	4
5	日	練習	2	水	練習	2	金	練習	2	月	練習	2	木	練習	2	木	休養日	0	5
6	月	休養日	0	木	練習	2	土	練習	2	火	練習	2	金	練習	2	金	休養日	0	6
7	火	練習	2	金	練習	2	日	練習	2	水	練習	2	土	練習	2	土	練習	2	7
8	水	練習	2	土	練習	2	月	休養日	0	木	休養日	0	日	練習	2	日	練習	2	8
9	木	練習	2	日	練習	2	火	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	月	休養日	0	9
10	金	練習	2	月	休養日	0	水	練習	2	土	練習	2	火	練習	2	火	練習	2	10
11	土	練習	2	火	練習	2	木	練習	2	日	練習	2	水	練習	2	水	練習	2	11
12	日	練習	2	水	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	木	練習	2	木	練習	2	12
13	月	休養日	0	木	練習	2	土	練習	2	火	練習	2	金	練習	2	金	練習	2	13
14	火	練習	2	金	練習	2	日	練習	2	水	練習	2	土	練習	2	土	練習	2	14
15	水	練習	2	土	練習	2	月	休養日	0	木	大会	2	日	練習	2	日	練習	2	15
16	木	練習	2	日	練習	2	火	練習	2	金	大会	2	月	休養日	0	月	休養日	0	16
17	金	練習	2	月	休養日	0	水	練習	2	土	大会	2	火	練習	2	火	練習	2	17
18	土	練習	2	火	練習	2	木	練習	2	日	休養日	0	水	練習	2	水	練習	2	18
19	日	練習	2	水	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	木	練習	2	木	練習	2	19
20	月	休養日	0	木	練習	2	土	練習	2	火	練習	2	金	練習	2	金	練習	2	20
21	火	練習	2	金	練習	2	日	練習	2	水	練習	2	土	練習	2	土	練習	2	21
22	水	練習	2	土	練習	2	月	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	日	練習	2	22
23	木	大会	2	日	練習	2	火	練習	2	金	休養日	0	月	休養日	0	月	休養日	0	23
24	金	大会	2	月	休養日	0	水	練習	2	土	休養日	0	火	練習	2	火	練習	2	24
25	土	休養日	0	火	練習	2	木	練習	2	日	休養日	0	水	練習	2	水	練習	2	25
26	日	休養日	0	水	練習	2	金	練習	2	月	休養日	0	木	休養日	0	木	練習	2	26
27	月	休養日	0	木	大会	2	土	練習	2	火	休養日	0	金	休養日	0	金	練習	2	27
28	火	練習	2	金	大会	2	日	練習	2	水	休養日	0	土	休養日	0	土	練習	2	28
29	水	練習	2	土	大会	2	月	休養日	0	木	休養日	0				日	練習	2	29
30	木	練習	2	日	大会	2	火	休養日	0	金	休養日	0				月	休養日	0	30
31	金	練習	2				水	休養日	0	土	休養日	0				火	休養日	0	31