

令和7年度 下館第二高等学校【卓球部】

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
活動	21	69	活動	19	87	活動	14	60.5	活動	23	66.5	活動	20	81	活動	18	59
大会等	2		大会等	5		大会等	3		大会等	0		大会等	2		大会等	2	
休養日	7		休養日	7		休養日	13		休養日	8		休養日	9		休養日	10	

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	日									
1	火	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	火	休養日	0	金	練習	3	月	練習	3	1
2	水	休養日	0	金	練習	2.5	月	練習	1.5	水	休養日	0	土	休養日	0	火	練習	2	2
3	木	練習	1.5	土	練習	3.5	火	練習	2.5	木	練習	1.5	日	練習	3	水	練習	2	3
4	金	練習	2.5	日	大会	8	水	練習	2.5	金	練習	2.5	月	練習	3	木	休養日	0	4
5	土	練習試合	4	月	大会	8	木	休養日	0	土	練習	3.5	火	練習試合	4	金	練習	2	5
6	日	練習試合	4	火	大会	8	金	練習	2.5	日	練習	3.5	水	練習試合	4	土	練習	3	6
7	月	練習	1.5	水	休養日	0	土	練習	3.5	月	練習	1.5	木	休養日	0	日	練習	3	7
8	火	休養日	0	木	練習	1.5	日	練習試合	4	火	練習	2.5	金	練習	3	月	練習	1.5	8
9	水	休養日	0	金	練習	2.5	月	練習	1.5	水	練習	2.5	土	練習試合	4	火	練習	3	9
10	木	練習	1.5	土	練習	3.5	火	練習	2.5	木	休養日	0	日	練習試合	4	水	練習	3	10
11	金	練習	2.5	日	休養日	0	水	練習	2.5	金	練習	2.5	月	練習試合	4	木	休養日	0	11
12	土	練習	3.5	月	休養日	0	木	練習	1.5	土	練習	3.5	火	練習	3	金	練習	3	12
13	日	休養日	0	火	練習	2.5	金	練習	2.5	日	休養日	0	水	休養日	0	土	大会	8	13
14	月	練習	1.5	水	練習	2.5	土	練習	3.5	月	練習	1.5	木	休養日	0	日	大会	8	14
15	火	練習	2.5	木	練習	1.5	日	大会	8	火	練習	2.5	金	休養日	0	月	休養日	0	15
16	水	練習	2.5	金	練習	2.5	月	大会	8	水	練習	2.5	土	練習	3	火	練習	2	16
17	木	練習	1.5	土	練習	3.5	火	大会	8	木	休養日	0	日	練習	3	水	練習	2	17
18	金	大会	8	日	練習試合	4	水	練習	2.5	金	練習	2.5	月	練習	3	木	休養日	0	18
19	土	大会	8	月	練習	1.5	木	休養日	0	土	練習	3.5	火	練習	3	金	練習	2	19
20	日	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	日	練習	3.5	水	練習	3	土	練習	3	20
21	月	休養日	0	水	練習	1.5	土	休養日	0	月	休養日	0	木	大会	8	日	練習	3	21
22	火	練習	2.5	木	練習	1.5	日	練習	3.5	火	休養日	0	金	大会	8	月	練習	1.5	22
23	水	練習	2.5	金	大会	8	月	休養日	0	水	練習	3	土	休養日	0	火	練習	2	23
24	木	練習	1.5	土	大会	8	火	休養日	0	木	練習	3	日	練習	3	水	練習	2	24
25	金	練習	2.5	日	休養日	0	水	休養日	0	金	練習	3	月	練習	3	木	休養日	0	25
26	土	練習	3.5	月	休養日	0	木	休養日	0	土	練習	3	火	練習	3	金	休養日	0	26
27	日	練習	3.5	火	練習	2.5	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	27
28	月	練習	1.5	水	練習	2.5	土	休養日	0	月	練習	3	木	練習	3	日	休養日	0	28
29	火	練習試合	4	木	練習	1.5	日	休養日	0	火	練習試合	4	金	練習	3	月	休養日	0	29
30	水	練習	2.5	金	練習	2.5	月	休養日	0	水	練習試合	4	土	休養日	0	火	休養日	0	30
31				土	練習	3.5				木	練習試合	4	日	休養日	0				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	20	42.5	活動	16	67	活動	22	52.5	活動	15	72.5	活動	16	44.5	活動	23	61
大会等	0		大会等	4		大会等	0		大会等	5		大会等	1		大会等	0	
休養日	11		休養日	10		休養日	9		休養日	11		休養日	11		休養日	8	

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	3	月	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	日	練習	3	1
2	木	休養日	0	日	練習	3	火	練習	2	金	休養日	0	月	休養日	0	月	休養日	0	2
3	金	休養日	0	月	練習	1.5	水	練習	2	土	休養日	0	火	休養日	0	火	休養日	0	3
4	土	休養日	0	火	練習	2	木	休養日	0	日	練習	3	水	休養日	0	水	休養日	0	4
5	日	休養日	0	水	練習	2	金	練習	2	月	練習	3	木	練習	1.5	木	練習	1.5	5
6	月	練習	1.5	木	練習	1.5	土	練習	3	火	休養日	0	金	練習	2	金	練習	2	6
7	火	練習	2	金	大会	8	日	練習	3	水	休養日	0	土	練習	3	土	練習	3	7
8	水	練習	2	土	大会	8	月	練習	1.5	木	練習	1.5	日	練習	3	日	練習	3	8
9	木	練習	1.5	日	休養日	0	火	練習	2	金	練習	2	月	練習	1.5	月	休養日	0	9
10	金	練習	2	月	練習	1.5	水	練習	2	土	練習	3	火	練習	2	火	休養日	0	10
11	土	練習	3	火	練習	2	木	休養日	0	日	練習	3	水	練習	2	水	練習	2	11
12	日	練習	3	水	練習	2	金	練習	2	月	練習	1.5	木	休養日	0	木	練習	1.5	12
13	月	休養日	0	木	練習	1.5	土	練習	3	火	練習	2	金	練習	2	金	練習	2	13
14	火	練習	2	金	練習	2	日	休養日	0	水	練習	2	土	練習	3	土	練習	3	14
15	水	練習	2	土	練習	3	月	練習	1.5	木	練習	1.5	日	休養日	0	日	休養日	0	15
16	木	休養日	0	日	練習	3	火	練習	2	金	練習	2	月	練習	1.5	月	練習	1.5	16
17	金	練習	2	月	練習	2	水	練習	2	土	大会	8	火	練習	2	火	練習	2	17
18	土	練習	3	火	休養日	0	木	休養日	0	日	練習	3	水	練習	2	水	練習	2	18
19	日	練習	3	水	休養日	0	金	練習	2	月	練習	1.5	木	休養日	0	木	練習	1.5	19
20	月	練習	1.5	木	休養日	0	土	練習	3	火	大会	8	金	練習	2	金	休養日	0	20
21	火	休養日	0	金	休養日	0	日	休養日	0	水	練習	2	土	練習	3	土	練習	3	21
22	水	休養日	0	土	休養日	0	月	練習	1.5	木	練習	1.5	日	練習	3	日	練習	3	22
23	木	練習	1.5	日	休養日	0	火	練習	3	金	休養日	0	月	大会	8	月	練習	3	23
24	金	練習	2	月	大会	8	水	練習	3	土	休養日	0	火	休養日	0	火	練習	3	24
25	土	練習	3	火	休養日	0	木	練習	3	日	休養日	0	水	休養日	0	水	練習	3	25
26	日	休養日	0	水	休養日	0	金	練習	3	月	休養日	0	木	休養日	0	木	休養日	0	26
27	月	練習	1.5	木	休養日	0	土	練習	3	火	休養日	0	金	休養日	0	金	練習	3	27
28	火	練習	2	金	練習	2	日	練習	3	水	休養日	0	土	練習	3	土	練習	3	28
29	水	練習	2	土	練習	3	月	休養日	0	木	大会	8				日	練習試合	4	29
30	木	休養日	0	日	大会	8	火	休養日	0	金	大会	8				月	練習試合	4	30
31	金	練習	2				水	休養日	0	土	大会	8				火	練習試合	4	31