

2024 年 年間活動計画予定 (部名・ 女子ハンドボール部)

日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養	練習	練習
2	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養	練習	練習	休養	練習	練習
3	休養	練習	練習	休養	練習	練習	休養	練習	休養	休養	休養	練習
4	練習	練習	練習	練習	練習	休養	休養	練習	練習	練習	休養	休養
5	練習	練習	休養	練習	練習	練習	休養	練習	練習	練習	休養	練習
6	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養	休養	練習	練習	休養	練習
7	練習	練習	練習	練習	休養	練習	休養	練習	練習	休養	休養	練習
8	練習	休養	練習	練習	休養	練習	休養	練習	練習	練習	休養	練習
9	練習	休養	練習	練習	休養	練習	休養	練習	練習	練習	休養	練習
10	休養	休養	練習	休養	休養	練習	休養	練習	休養	練習	休養	練習
11	練習	休養	練習	練習	休養	休養	練習	練習	練習	練習	休養	休養
12	練習	休養	休養	練習	休養	練習	練習	休養	練習	練習	休養	練習
13	練習	休養	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養	練習	練習
14	練習	休養	練習	練習	休養	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習
15	練習	休養	練習	練習	練習	休養	休養	練習	休養	休養	練習	練習
16	練習	休養	休養	練習	休養	練習	練習	練習	練習	練習	休養	休養
17	休養	練習	練習	休養	休養	練習	練習	休養	休養	練習	練習	練習
18	練習	練習	休養	練習	休養	休養	練習	練習	練習	練習	休養	休養
19	練習	休養	休養	練習	練習	練習	練習	休養	練習	休養	練習	練習
20	練習	練習	休養	練習	練習	練習	休養	休養	練習	練習	練習	練習
21	休養	練習	休養	休養	休養	練習	練習	休養	練習	休養	練習	練習
22	練習	休養	休養	練習	練習	練習	休養	休養	練習	練習	練習	練習
23	練習	練習	休養	練習	練習	練習	練習	休養	練習	練習	練習	練習
24	休養	練習	休養	休養	練習	練習	練習	休養	休養	練習	練習	練習
25	練習	練習	休養	練習	練習	休養	練習	休養	練習	練習	練習	休養
26	練習	練習	休養	練習	練習	練習	練習	休養	練習	練習	練習	練習
27	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養	練習	練習	休養	練習
28	練習	練習	練習	練習	休養	練習	練習	練習	練習	休養	練習	練習
29	練習	休養	練習	練習	練習	練習	休養	練習	休養	練習		
30	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養	練習		
31					練習					練習		

25 19 18 25 19 25 18 18 23 22 15 26 253

5 12 12 6 12 5 13 12 8 9 13 5 112

44.3