

令和6年度【 鹿屋女子 】高等学校 【 バレーボール 】部活動計画

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