

2026 年  
7 月

茨城県立水戸農業高等学校 部活動 月別活動計画予定・活動実績 一覧

| 活動計画<br>ok |    |   |     | 陸上競技部 |      |      | 硬式野球部 |      |      | ソフトテニス部 |      |      | 男子バレーボール部 |      |      | 女子バレーボール部 |       |      | 男子バスケットボール部 |      |      | 女子バスケットボール部 |      |      | 相撲部  |      |      | 剣道部  |      |      |      |      |      |
|------------|----|---|-----|-------|------|------|-------|------|------|---------|------|------|-----------|------|------|-----------|-------|------|-------------|------|------|-------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
|            |    |   |     | 活動計画  | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画  | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画    | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画      | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画      | 予定時間  | 活動実績 | 活動計画        | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画        | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画 | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画 | 予定時間 | 活動実績 |      |      |      |
| 活動実績<br>ok | 1  | 水 | Wed | 練習    | 1:30 | 1:30 | 練習    | 2:45 | 2:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | OFF       | 0:00 | 0:00 | 0:00      | 0:00  | 0:00 | 0:00        | 0:00 | 0:00 | 0:00        | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 |      |      |      |      |      |
|            | 2  | 木 | Thu | 練習    | 1:30 | 1:30 | 休み    | 0:00 | 0:00 | 休み      | 0:00 | 0:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:30  | 2:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 1:45 | 1:45 |      |      |      |
|            | 3  | 金 | Fri | 練習    | 1:30 | 1:30 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習      | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:30  | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 練習   | 1:45 | 1:45 |      |      |      |
|            | 4  | 土 | Sat | 休み    | 0:00 | 0:00 | 練習試合  | 4:00 | 4:00 | 休み      | 0:00 | 0:00 | 練習        | 3:00 | 3:00 | 大会        | 10:00 | 5:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習   | 3:30 | 3:30 | 0:00 | 0:00 | 0:00 |      |      |      |
|            | 5  | 日 | Sun | 休み    | 0:00 | 0:00 | 練習試合  | 4:00 | 4:00 | 休み      | 0:00 | 0:00 | OFF       | 0:00 | 0:00 | 練習        | 4:00  | 4:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 |      |      |      |
|            | 6  | 月 | Mon | 練習    | 1:30 | 1:30 | 休み    | 0:00 | 0:00 | 練習      | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 休み        | 0:00  | 0:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 7  | 火 | Tue | 練習    | 1:30 | 1:30 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習      | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:30  | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 1:45 | 1:45 |
|            | 8  | 水 | Wed | 練習    | 1:30 | 1:30 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習      | 2:00 | 2:00 | OFF       | 0:00 | 0:00 | 練習        | 2:30  | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 9  | 木 | Thu | 練習    | 1:30 | 1:30 | 休み    | 0:00 | 0:00 | 休み      | 0:00 | 0:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:30  | 2:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 大会          | 8:00 | 8:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 1:45 | 1:45 |      |      |      |
|            | 10 | 金 | Fri | 大会    | 6:30 | 6:30 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習      | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:30  | 2:00 | 大会          | 8:00 | 8:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 練習   | 1:45 | 1:45 |      |      |      |
|            | 11 | 土 | Sat | 大会    | 6:30 | 6:30 | 練習試合  | 4:00 | 4:00 | 休み      | 0:00 | 0:00 | 練習        | 3:00 | 3:00 | 休み        | 0:00  | 0:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習   | 3:30 | 3:30 | 0:00 | 0:00 | 0:00 |      |      |      |
|            | 12 | 日 | Sun | 休み    | 0:00 | 0:00 | 練習試合  | 4:00 | 4:00 | 休み      | 0:00 | 0:00 | OFF       | 0:00 | 0:00 | 練習        | 4:00  | 4:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 |      |
|            | 13 | 月 | Mon | 休み    | 0:00 | 0:00 | 休み    | 0:00 | 0:00 | 練習      | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 休み        | 0:00  | 0:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 14 | 火 | Tue | 休み    | 0:00 | 0:00 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習      | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:30  | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 練習   | 1:45 | 1:45 |
|            | 15 | 水 | Wed | 練習    | 1:00 | 1:00 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習      | 2:00 | 2:00 | OFF       | 0:00 | 0:00 | 練習        | 2:30  | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 16 | 木 | Thu | 練習    | 1:00 | 1:00 | 休み    | 0:00 | 0:00 | 休み      | 0:00 | 0:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 練習        | 2:30  | 2:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 1:45 | 1:45 |      |      |      |
|            | 17 | 金 | Fri | 休み    | 0:00 | 0:00 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 休み      | 0:00 | 0:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 練習        | 1:30  | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習          | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 1:45 | 1:45 |
|            | 18 | 土 | Sat | 休み    | 0:00 | 0:00 | 練習試合  | 4:00 | 4:00 | 休み      | 0:00 | 0:00 | 練習        | 3:00 | 3:00 | 休み        | 0:00  | 0:00 | 大会          | 8:30 | 3:00 | 大会          | 8:30 | 3:00 | 練習   | 3:30 | 3:30 | 休み   | 0:00 | 0:00 |      |      |      |
|            | 19 | 日 | Sun | 休み    | 0:00 | 0:00 | 練習試合  | 4:00 | 4:00 | 休み      | 0:00 | 0:00 | OFF       | 0:00 | 0:00 | 練習        | 4:00  | 4:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 20 | 月 | Mon | 練習    | 2:30 | 2:30 | 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 休み        | 0:00  | 0:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 21 | 火 | Tue | 練習    | 2:30 | 2:30 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | 練習        | 2:00 | 2:00 | 練習        | 4:00  | 4:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 22 | 水 | Wed | 練習    | 2:30 | 2:30 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | 休み        | 0:00 | 0:00 | 練習        | 4:00  | 4:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 23 | 木 | Thu | 練習    | 2:30 | 2:30 | 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | 休み        | 0:00 | 0:00 | 休み        | 0:00  | 0:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 24 | 金 | Fri | 練習    | 2:30 | 2:30 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | 休み        | 0:00 | 0:00 | 休み        | 0:00  | 0:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 25 | 土 | Sat | 休み    | 0:00 | 0:00 | 練習試合  | 4:00 | 4:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | 大会        | 9:00 | 9:00 | 練習試合      | 5:00  | 5:00 | 練習          | 3:00 | 0:00 | 練習          | 3:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 26 | 日 | Sun | 休み    | 0:00 | 0:00 | 練習試合  | 4:00 | 4:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | 大会        | 9:00 | 9:00 | 練習        | 4:00  | 4:00 | 休み          | 0:00 | 3:00 | 休み          | 0:00 | 3:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 27 | 月 | Mon | 練習    | 2:30 | 2:30 | 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | 練習        | 3:00 | 3:00 | 休み        | 0:00  | 0:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 28 | 火 | Tue | 練習    | 2:30 | 2:30 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | 練習        | 3:00 | 3:00 | 練習        | 4:00  | 4:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 29 | 水 | Wed | 練習    | 2:30 | 2:30 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | 休み        | 0:00 | 0:00 | 練習        | 4:00  | 4:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 30 | 木 | Thu | 練習    | 2:30 | 2:30 | 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | 練習        | 3:00 | 3:00 | 練習        | 0:00  | 0:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み          | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 |
|            | 31 | 金 | Fri | 練習    | 2:30 | 2:30 | 練習    | 8:00 | 8:00 | 0:00    | 0:00 | 0:00 | OFF       | 0:00 | 0:00 | 練習        | 4:00  | 4:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習          | 3:00 | 3:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 練習   | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 |

| サッカー部 |      |      | 卓球部  |      |      | 柔道部  |      |      | ラグビー部 |      |      | 馬術部  |      |      | ゴルフ部 |      |      | 硬式テニス部 |      |      | なぎなた部 |      |      |
|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|--------|------|------|-------|------|------|
| 活動計画  | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画 | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画 | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画  | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画 | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画 | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画   | 予定時間 | 活動実績 | 活動計画  | 予定時間 | 活動実績 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 練習    | 1:45 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習     | 2:00 | 1:45 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 練習    | 4:00 | 3:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 3:00 | 3:00 | 練習試合 | 4:00 | 4:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 練習試合 | 4:00 | 4:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 練習   | 1:30 | 1:30 | 練習     | 2:00 | 1:45 | 練習    | 1:45 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習     | 2:00 | 1:45 | 練習    | 1:45 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 練習   | 1:30 | 1:30 | 練習     | 2:00 | 1:45 | 練習    | 1:45 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 練習    | 1:45 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 大会   | 4:00 | 4:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 大会   | 4:00 | 4:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 大会   | 4:00 | 4:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 練習   | 1:30 | 1:30 | 練習     | 2:00 | 1:45 | 練習    | 1:45 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習     | 2:00 | 1:45 | 練習    | 1:45 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 2:00 | 2:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 練習   | 1:30 | 1:30 | 練習     | 2:00 | 1:45 | 練習    | 1:45 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 練習    | 1:45 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 練習    | 4:00 | 3:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 3:00 | 3:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 大会     | 8:30 | 4:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習試合  | 3:00 | 3:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 3:00 | 3:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習     | 2:00 | 1:30 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 大会   | 4:00 | 4:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習     | 2:00 | 1:30 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 大会   | 4:00 | 4:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 3:00 | 3:00 | 大会   | 4:00 | 4:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 練習    | 3:00 | 0:00 |
| 練習    | 4:00 | 3:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 3:00 | 3:00 | 大会   | 4:00 | 4:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 大会     | 9:30 | 4:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 3:00 | 3:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 練習    | 3:00 | 0:00 |
| 練習    | 2:00 | 2:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 練習    | 3:00 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 練習    | 3:00 | 3:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 練習    | 3:00 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 | 練習   | 2:00 | 2:00 | 休み   | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 0:00  | 0:00 | 0:00 |
| 休み    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 練習    | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 0:00 | 休み     | 0:00 | 0:00 | 練習    | 0:00 | 0:00 |