

2025 年

4 月

茨城県立竜ヶ崎第二高等学校 部活動 月別活動計画予定・活動実績 一覧

活動計画 ok			バスケットボール部		ソフトテニス部		陸上競技部		卓球部		弓道部		ライフル射撃部		サッカー部		演劇部		フラワーアレンジメント部		茶道部		美術部		音楽部		食生活部		商業部		軽音楽部		写真部		書道部	
			活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績
活動実績 ok	1	火	Tue	休み		休み		休み		休み		練習	3:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習	2:00			
	2	水	Wed	練習	3:00	休み		休み		練習	3:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		
	3	木	Thu	練習	3:00	休み		休み		練習	3:00	練習	3:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習	3:00	休み		休み		休み		休み		
	4	金	Fri	練習	3:00	休み		休み		練習	3:00	練習	3:00	休み		練習	2:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		
	5	土	Sat	練習	4:00	休み		休み		練習	4:00	練習	3:00	休み		練習	2:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		
	6	日	Sun	休み		休み		休み		練習試合	4:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		
	7	月	Mon	休み		休み		休み		休み		練習	1:30	練習	1:30	練習	2:00	休み		練習	2:00	休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:30	休み		
	8	火	Tue	休み		休み		休み		休み		練習	1:30	練習	1:30	練習	2:00	休み		休み		休み		休み		練習	2:00	休み		休み		休み		休み		
	9	水	Wed	練習	2:00	休み		練習	1:30	練習	2:00	休み		練習	1:30	練習	1:45	練習	1:15	休み		練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		休み		
	10	木	Thu	練習	2:00	練習	0:45	練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習	1:30	大会	2:00	休み		休み		休み		練習	1:20	練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		休み		
	11	金	Fri	練習	2:00	練習	0:45	練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習	1:30	休み		練習	1:15	休み		休み		練習	1:20	休み		休み		練習	1:30	休み		休み		
	12	土	Sat	練習	4:00	休み		練習	2:30	練習	4:00	練習	3:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		
	13	日	Sun	休み		休み		休み		休み		休み		練習	6:30	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		
	14	月	Mon	休み		練習		練習	1:30	休み		練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	練習	1:15	休み		休み		休み		休み		練習	2:00	練習	1:30	休み		休み		
	15	火	Tue	休み		練習	0:45	練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	休み		休み		練習	1:20	休み		練習	1:20	休み		練習	1:30	休み		練習	2:00	
	16	水	Wed	練習	2:00	練習	0:45	練習	1:30	練習	2:00	休み		練習	1:30	練習	1:45	休み		練習	2:15	練習	0:45	休み		休み		練習	2:00	休み		練習	1:30	休み		
	17	木	Thu	練習	2:00	休み		練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		休み		練習	1:20	練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		練習		
	18	金	Fri	練習	2:00	練習	0:45	練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	休み		練習		練習	1:20	休み		練習	1:20	休み		練習	2:00	練習	1:30	休み		
	19	土	Sat	練習	4:00	休み		練習	2:30	大会	4:00	練習	3:00	休み		練習	2:00	休み		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		
	20	日	Sun	休み		休み		休み		休み		休み		大会	9:00	休み		休み		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		
	21	月	Mon	休み		休み		練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	休み		練習		練習		練習		練習		練習	1:15	練習	1:30	休み		練習		
	22	火	Tue	休み		練習	0:45	練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	休み		練習	2:00	休み		練習	1:20	休み		練習	1:15	練習	1:30	練習	0:45	練習	1:00	
	23	水	Wed	練習	2:00	練習	0:45	練習	1:30	大会	5:30	休み		練習	1:30	練習	1:45	練習	1:15	休み		練習	1:30	練習	0:45	休み		練習	1:15	休み		練習		練習		
	24	木	Thu	練習	2:00	休み		大会	8:00	休み		練習	1:30	練習	1:30	休み		練習		練習		練習	1:20	練習	1:30	休み		練習	1:30	練習	1:30	練習	0:45	練習		
	25	金	Fri	練習	2:00	練習	0:45	大会	8:00	休み		練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	練習	1:15	休み		練習	1:20	練習	1:20	休み		練習		練習	1:30	練習		練習		
	26	土	Sat	練習	4:00	休み		大会	8:00	練習試合	4:00	練習	3:00	休み		練習	2:00	休み		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		
	27	日	Sun	休み		休み		休み		練習試合	4:00	休み		休み		休み		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		
	28	月	Mon	休み		休み		練習	1:30	休み		練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	練習	1:15	休み		練習		練習		練習		練習	1:15	練習	1:30	練習		練習		
	29	火	Tue	休み		休み		練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		練習	2:00	休み		練習		練習		練習		練習		練習		練習	1:30	練習		練習		
	30	水	Wed	練習	2:00	練習	0:45	練習	1:30	休み		練習		練習	1:30	練習	1:45	練習	1:15	休み		練習	1:30	練習	0:45	休み		練習	1:15	練習	1:30	練習		練習		

2025 年
5 月

活動計画 ok活動実績 ok

ok			バスケットボール部		ソフトテニス部		陸上競技部		卓球部		弓道部		ライフル射撃部		サッカー部		演劇部		フラワーアレンジメント部		茶道部		美術部		音楽部		食生活部		商業部		軽音楽部		写真部		書道部	
			活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績
1	木	Thu	練習	3:00	休み		練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習	1:30	休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:20	練習	1:30	練習	1:05	練習	1:30	休み		休み	
2	金	Fri	練習	3:00	練習	1:15	練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	練習	1:45	休み		休み		休み		練習	1:30	休み		練習	1:05	練習	1:30	休み		休み	
3	土	Sat	練習	4:00	休み		練習試合	7:00	練習	4:00	休み		休み		練習	2:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
4	日	Sun	休み		休み		休み		練習試合	4:00	休み		練習	4:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
5	月	Mon	休み		休み		練習	2:30	練習	4:00	休み		練習	4:00	練習	2:00	練習	1:45	休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:30	休み		休み	
6	火	Tue	休み		休み		休み		休み		休み		練習	4:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
7	水	Wed	練習	2:00	練習	1:15	練習	1:30	休み		休み		大会	11:30	練習	1:45	練習	1:45	休み		練習	2:00	練習	0:45	休み		休み		練習	1:05	練習	1:30	休み		休み	
8	木	Thu	練習	2:00	休み		練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		練習	1:45	休み		休み		休み		休み		練習	1:20	練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		休み	
9	金	Fri	大会	2:00	練習	1:15	練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習	1:30	大会	2:00	練習	1:45	休み		休み		休み		練習	1:30	休み		練習	1:05	練習	1:30	休み		休み	
10	土	Sat	大会	2:00	休み		練習	2:30	練習	4:00	練習	3:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
11	日	Sun	大会	3:00	休み		休み		練習試合	4:00	休み		練習	6:30	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
12	月	Mon	休み		休み		練習	1:30	休み		練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	練習	1:45	休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:05	練習	1:30	休み		休み	
13	火	Tue	休み		練習	1:15	練習	1:30	休み		練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	休み		休み		休み		休み		練習	1:20	休み		休み		練習	1:30	休み		練習	1:00
14	水	Wed	練習	2:00	練習	1:15	大会	1:30	練習	2:00	休み		休み		練習	1:45	休み		休み		練習	2:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
15	木	Thu	練習	2:00	休み		大会	1:30	練習	2:00	練習	1:30	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:30	休み		休み		休み		休み	
16	金	Fri	練習	2:00	練習	1:15	大会	1:30	練習	2:00	練習	1:30	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
17	土	Sat	練習	4:00	休み		大会		練習	2:00	練習	3:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
18	日	Sun	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
19	月	Mon	休み		休み		休み		休み		練習	1:30	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
20	火	Tue	休み		休み		休み		練習	1:00	練習	1:30	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
21	水	Wed	練習	2:00	休み		休み		練習	3:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
22	木	Thu	練習	2:00	休み		休み		大会	5:30	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
23	金	Fri	練習	2:00	休み		練習	2:00	大会	5:30	休み		休み		練習	1:45	練習	1:45	休み		休み		休み		練習	1:20	休み		休み		練習	1:30	休み		休み	
24	土	Sat	練習	4:00	休み		練習	2:30	休み		練習	3:00	休み		練習	2:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
25	日	Sun	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
26	月	Mon	休み		休み		練習	1:30	休み		練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	練習	1:45	休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:05	練習	1:30	練習	0:45	休み	
27	火	Tue	休み		練習	1:15	練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習	1:30	練習	1:45	休み		休み		休み		練習		練習	1:20	休み		休み		練習	1:30	休み		練習	1:00
28	水	Wed	練習	2:00	練習	1:15	練習	1:30	練習	2:00	休み		練習	1:30	練習	1:45	練習	1:45	練習	2:00	休み		練習	0:45	休み		休み		練習	1:05	休み		休み		休み	
29	木	Thu	練習	2:00	休み		練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		休み		休み		休み		休み		練習		練習	1:20	練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		休み	
30	金	Fri	練習	2:00	練習	1:15	休み		練習	2:00	練習	1:30	休み		練習	1:45	練習	1:45	休み		休み		練習		練習	1:20	休み		休み		練習	1:30	休み		休み	
31	土	Sat	練習	4:00	休み		練習	2:30	練習試合	4:00	練習	3:00	休み		練習	1:45	休み		休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み	

2025 年
6 月

活動計画			バスケットボール部		ソフトテニス部		陸上競技部		卓球部		弓道部		ライフル射撃部		サッカー部		演劇部		フラワーアレンジメント部		茶道部		美術部		音楽部		食生活部		商業部		軽音楽部		写真部		書道部	
活動実績			活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績
1	日	Sun	休み		休み		休み		休み		休み		大会		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
2	月	Mon	休み		休み		練習	1:30	休み		練習	1:30	練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:05	練習	1:30	休み		休み	
3	火	Tue	休み		練習	1:15	練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習		練習		休み		休み		休み		休み		練習	1:20	休み		休み		練習	1:30	休み		練習	
4	水	Wed	練習	2:00	練習	1:15	練習	1:30	練習	2:00	休み		練習		練習		練習		休み		練習	1:45	練習	0:45	休み		休み		練習	1:05	休み		休み		休み	
5	木	Thu	練習	2:00	休み		練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	大会		休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:20	練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		休み	
6	金	Fri	練習	2:00	練習	1:15	練習	1:30	休み		練習	1:30	大会		練習		練習		休み		休み		休み		練習	1:20	休み		練習	1:05	練習	1:30	休み		休み	
7	土	Sat	練習	4:00	休み		練習	2:30	休み		休み		大会		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
8	日	Sun	休み		休み		休み		練習	4:00	休み		大会		休み		休み		練習	1:30	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
9	月	Mon	休み		休み		練習	1:30	休み		練習	1:30	練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:30	休み		休み	
10	火	Tue	休み		練習	1:15	練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習		練習		休み		休み		休み		休み		練習	1:20	休み		休み		練習	1:30	休み		練習	
11	水	Wed	練習	2:00	練習	1:15	練習	1:30	練習	2:00	休み		練習		練習		練習		休み		練習	1:45	練習	0:45	休み		休み		休み		休み		休み		休み	
12	木	Thu	練習	2:00	休み		練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習		休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:20	練習	1:30	休み		練習	1:30	休み		休み	
13	金	Fri	練習	2:00	練習	1:15	練習	1:30	練習	2:00	練習	1:30	練習		練習		練習		休み		休み		休み		練習	1:20	休み		休み		練習	1:30	休み		休み	
14	土	Sat	大会	2:00	休み		休み		練習	4:00	休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
15	日	Sun	大会	2:00	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
16	月	Mon	休み		休み		練習	1:30	休み		練習	1:30	練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		練習		練習	1:30	休み		休み		休み	
17	火	Tue	休み		練習	1:15	練習	1:30	休み		練習	1:30	大会		休み		休み		休み		休み	1:15	休み		練習	1:20	休み		休み		練習	1:30	休み		休み	
18	水	Wed	練習	2:00	練習	1:15	練習		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:30	休み		休み	
19	木	Thu	練習	2:00	休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習	1:20	練習	1:30	休み		休み		休み		休み	
20	金	Fri	大会		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み	
21	土	Sat	大会		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
22	日	Sun	大会		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
23	月	Mon	休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
24	火	Tue	休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
25	水	Wed	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
26	木	Thu	練習		休み		休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
27	金	Fri	練習		休み		練習		練習		練習		休み		練習		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み	
28	土	Sat	練習		休み		練習		練習		休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み	
29	日	Sun	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
30	月	Mon	休み		休み		練習		休み		練習		練習		休み		練習		休み		休み		休み		練習		休み		練習		休み		練習		休み	

2025 年
7 月

活動計画

活動実績

			バスケットボール部		ソフトテニス部		陸上競技部		卓球部		弓道部		ライフル射撃部		サッカー部		演劇部		フラワーアレンジメント部		茶道部		美術部		音楽部		食生活部		商業部		軽音楽部		写真部		書道部	
			活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績	活動計画	活動実績
1	火	Tue	休み		練習		練習		休み		練習		練習		練習		休み		休み		休み	1:15	休み		練習		休み		休み		練習		休み		練習	
2	水	Wed	練習		練習		練習		休み		休み		練習		練習		休み		練習		練習		練習		大会		休み		練習		練習		休み		休み	
3	木	Thu	練習		休み		練習		休み		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		練習		休み		休み	
4	金	Fri	練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		練習		休み		練習		練習		休み		休み	
5	土	Sat	練習		休み		練習		練習		休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
6	日	Sun	休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み	
7	月	Mon	休み		休み		練習		休み		練習		練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		練習		練習		休み		休み	
8	火	Tue	休み		練習		練習		練習		練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み		練習		休み		練習	
9	水	Wed	練習		練習		練習		練習		休み		練習		練習		練習		休み		練習		練習		休み		休み		練習		練習		練習		休み	
10	木	Thu	練習		休み		練習		練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		練習		練習		休み		練習		休み		休み	
11	金	Fri	練習		練習		大会		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		練習		休み		練習		練習		休み		休み	
12	土	Sat	練習		休み		大会		休み		休み		練習		練習		休み		休み		休み		休み		練習		休み		練習		練習		休み		休み	
13	日	Sun	休み		休み		休み		練習試合		休み		練習試合		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
14	月	Mon	休み		休み		練習		休み		練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		練習		休み		休み	
15	火	Tue	休み		練習		練習		練習		練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み		練習		休み		練習	
16	水	Wed	練習		練習		練習		練習		休み		練習		練習		休み		休み		休み		練習		休み		休み		練習		練習		休み		休み	
17	木	Thu	練習		休み		練習		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
18	金	Fri	練習		練習		練習		休み		練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
19	土	Sat	練習		休み		練習		練習		練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
20	日	Sun	休み		休み		休み		練習試合		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
21	月	Mon	休み		休み		練習		練習試合		練習		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
22	火	Tue	休み		休み		練習		休み		練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		練習		休み		練習	
23	水	Wed	練習		休み		練習		休み		休み		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
24	木	Thu	練習		休み		練習		練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
25	金	Fri	練習		休み		練習		練習		練習		練習		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
26	土	Sat	練習		休み		練習		練習		休み		休み		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
27	日	Sun	休み		休み		休み		休み		休み		大会		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
28	月	Mon	休み		休み		練習		休み		練習		大会		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
29	火	Tue	休み		休み		練習		練習		練習		大会		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		練習	
30	水	Wed	練習		休み		練習試合		練習		休み		大会		練習		練習		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	
31	木	Thu	練習		休み		休み		練習		練習		大会		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		休み		練習		休み		休み	