R7　1月

2026年 1月

			部活動																													
		部活○×	陸上競技		サッカー		野　球		男バスケ		女バスケ		バレーボール		男子テニス		女子テニス		水泳競技		卓　球		剣　道		吹奏楽		美　術		科　学		文　芸	
			予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	実施時間	予定	
1/1	木	×	×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×	
1/2	金	×	×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×	
1/3	土	×	×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×	
1/4	日	×	×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×	
1/5	月	○	練習 8:00～11:00	3.0h	×		×		×		練習 8:00～11:00	3.0h	×		練習 8:00～11:30	3.5h	練習 8:00～11:30	3.5h	×		×		×		×		×		×		×		×	
1/6	火	○	練習 8:00～11:00	3.0h	練習 8:00～12:	4.0h	×		練習 8:00～11:00	3.0h	×		練習 11:00～14:00	3.0h	練習 8:00～11:30	3.5h	練習 8:00～11:30	3.5h	練習 10:00～12:00	2.0h	×		練習 8:00～11:30	3.5h	×		×		×		×		×	
1/7	水	○	練習8:00～11:00	3.0h	×		×		×		練習 13:00～16:00	3.0h	×		×		×		×		×		×		13:00～16:00		×		×		×	
1/8	木	×	×		×		×		×		×		DCAA 16:00～18:00	2.0h	DCAA		DCAA		×		×		DCAA 16:00～18:00	2.0h	×		×		×		×	
1/9	金	○	練習 16:00～1	0.6h	練習 16:00～1	0.5h	練習 16:00～1	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	常時活動 16:00～16:35	0.6h	常時活動 16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	
1/10	土	○	練習 8:00～11:00	3.0h	練習 8:00～12:	4.0h	練習 8:00～11:	3.0h			練習試合 8:00～12:30	4.5h	練習試合 8:00～12:30	4.5h	×		練習試合 8:30～12:30	4.0h	×		DCAA 13:00～15:00	2.0h	練習 8:00～11:30	3.5h	部活＆ DCAA	3.0h	×		×		×	
1/11	日	○	×		×		×		DCAA		DCAA		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×	
1/12	月	×	×		×		DCAA 8:00～10:	2.0h			練習 8:00～11:00	3.0h	×		練習試合 8:30～12:30	4.0h	練習 8:00～11:30	3.5h	×		×		×		練習8:00～11:00	3.0h	×		×		×	
1/13	火	○	練習 16:00～1	0.6h	練習 16:00～1	0.5h	練習 16:00～1	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	0.6h	常時活動 16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	
1/14	水	○	×		×		×		練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	×				×		×		×		練習16:00～16:35	0.6h	×		×		×	
1/15	木	×	×		×		×		×		×		DCAA 16:00～18:00	2.0h	×				×		×		×		×		×		×		×	
1/16	金	○	練習 16:00～1	0.6h	練習 16:00～1	0.5h	練習 16:00～1	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	0.6h	常時活動 16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	
1/17	土	○	練習 8:00～11:00	3.0h	DCAA		練習 8:00～11:	3.0h	練習 8:00～11:00	3.0h	毎日茨城杯		練習試合 8:00～12:30	4.5h	×		練習 8:00～11:30	3.5h	×		DCAA 13:00～15:00	2.0h	練習 8:00～11:30	3.5h	部活＆DCAA8:00～11:00 11:45～13:45	3.0h	×		常時活動 8:30～10:30	2.0h	×	
1/18	日	○	×		×		×		毎日茨城杯		DCAA		×		練習試合 8:00～12:00	4.0h	×		×		×		×		×		×		×		×		×	
1/19	月	×	×		×		DCAA 15:00～1	2.0h	×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×	
1/20	火	○	×		×		×		練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	×		×		×		×		×		練習16:00～16:35	0.6h	×		×		×	
1/21	水	○	練習 14:15～1	0.8h	練習 14:00～1	1.3h	練習 14:00～1	1.3h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	×		×		練習 14:00～15:00	1.0h	練習16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	0.6h	×		×	
1/22	木	○	練習14:15～15:00	0.8h	練習 14:00～1	1.3h	×		×		×		DCAA 16:00～18:00	2.0h	DCAA		DCAA		×		×		DCAA 16:00～18:00	2.0h	×		常時活動16:00～16:35	0.6h	×		×	
1/23	金	○	練習 14:15～1	0.8h	練習 14:00～1	1.3h	練習 14:00～1	1.3h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	×		×		練習 14:00～15:00	1.0h	練習16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	0.6h	×		×	
1/24	土	○	練習8:00～11:00	3.0h	DCAA		練習 8:00～11:	3.0h	毎日茨城杯		毎日茨城杯		×		練習 8:00～11:30	3.5h	練習 8:00～11:30	3.5h	×		DCAA 13:00～15:00	2.0h	練習 8:00～11:30	3.5h	部活＆DCAA8:00～11:00 11:45～13:45	3.0h	×		常時活動 8:30～10:30	2.0h	×	
1/25	日	○	×		×		×		毎日茨城杯 DCAA		毎日茨城杯 DCAA		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×	
1/26	月	×	×		×		DCAA 14:00～1	2.0h	×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×	
1/27	火	○	練習14:15～15:00	0.8h	練習 14:00～1	1.3h	練習 14:00～1	1.3h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	×		×		練習 14:00～15:00	1.0h	練習16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	0.6h	×		×	
1/28	水	○	練習16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～1	0.8h	練習 16:00～1	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	0.6h	常時活動 16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	
1/29	木	×	×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×		×	
1/30	金	○	練習16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～1	0.8h	練習 16:00～1	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:50	0.8h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習 16:00～16:35	0.6h	練習16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	0.6h	常時活動 16:00～16:35	0.6h	常時活動16:00～16:35	
1/31	土	○	練習 8:00～11:00	3.0h	×（テスト前）		練習 8:00～11:	3.0h	×		×		県南オープン 8:00～16:00	8.0h	×		×		×		DCAA 13:00～15:00	2.0h	練習 8:00～11:30	3.5h	〃部活＆ DCAA	3.0h	×		常時活動 8:30～10:30	2.0h	×	