

## 令和7年度 1月 休日部活動予定一覧表

- 活動時間の上限  
平日…2時間 休日…3時間  
1週間の活動時間の合計が11時間超えない。
- 平日、休日ともに1日以上の休養日を設ける。
- 休日の超過分は休日で補う。