

| 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | |
|----|---|-----------------------|---|-------------------------------|---|-------------------------------|---|---|--|---|---------------------------|
| 1 | 月 | 春合宿選抜のみ (山中湖) | 水 | アジアジュニア選手権 (タシケント) | 土 | | 月 | 木 | | 日 | |
| 2 | 火 | | 木 | | 日 | | 火 | 金 | 東京都強化練習会(立川泉体育館) U12東京(エスフォルとアリーナ八王子) | 月 | |
| 3 | 水 | | 金 | 憲法記念日 | 月 | | 水 | 土 | | 火 | |
| 4 | 木 | | 土 | 振替休日 | 火 | | 木 | 日 | 東京都強化練習会 | 水 | |
| 5 | 金 | | 日 | 子供の日 | 水 | | 金 | 月 | | 木 | |
| 6 | 土 | | 月 | 振替休日 東京都高体連関東大会都予選 (二階堂高校) | 木 | | 土 | 火 | 関東中学校選手権 (茨城県石岡運動公園体育館) | 金 | |
| 7 | 日 | | 火 | | 金 | | 日 | 水 | | 土 | |
| 8 | 月 | | 水 | | 土 | | 月 | 木 | | 日 | |
| 9 | 火 | | 木 | | 日 | | 火 | 金 | 立川フレンドシップ大会 | 月 | |
| 10 | 水 | | 金 | | 月 | | 水 | 土 | | 火 | |
| 11 | 木 | | 土 | 東京都強化練習会 | 火 | | 木 | 日 | 山の日 | 水 | |
| 12 | 金 | | 日 | 東京都新体操選手権 (駒場学園高校) | 水 | | 金 | 月 | 振替休日 | 木 | 全日本クラブ団体選手権大会 (東京体育館) |
| 13 | 土 | | 月 | | 木 | | 土 | 火 | | 金 | |
| 14 | 日 | | 火 | | 金 | | 日 | 水 | 全日本クラブ選手権 (東京体育館) | 土 | 東京女子体育大学発表会 (代々木第2体育館) |
| 15 | 月 | | 水 | | 土 | 東京都中体連(一次予選) (東京体育館) | 月 | 木 | 海の日 | 日 | |
| 16 | 火 | | 木 | | 日 | 東京都子歌う練インターハイ予選 (駒場学園高校) | 火 | 金 | | 月 | 敬老の日 |
| 17 | 水 | | 金 | | 月 | | 水 | 土 | 全国中学校新体操選手権 (長野県ホワイトリンク) | 火 | |
| 18 | 木 | | 土 | | 火 | | 木 | 日 | | 水 | |
| 19 | 金 | | 日 | | 水 | | 金 | 月 | 埼玉県中体連県大会 (秩父市文化体育センター) | 木 | |
| 20 | 土 | | 月 | | 木 | 埼玉県入間・比企地区予選 (川越運動公園総合体育館) | 土 | 火 | | 金 | |
| 21 | 日 | | 火 | | 金 | | 日 | 水 | | 土 | |
| 22 | 月 | | 水 | | 土 | | 月 | 木 | | 日 | 秋分の日 西東京市健康フェスティバル |
| 23 | 火 | | 木 | | 日 | | 火 | 金 | 東京都中体連決勝 (光が丘体育館) | 月 | 振替休日 |
| 24 | 水 | | 金 | | 月 | | 水 | 土 | | 火 | |
| 25 | 木 | | 土 | | 火 | | 木 | 日 | | 水 | |
| 26 | 金 | | 日 | | 水 | | 金 | 月 | | 木 | |
| 27 | 土 | | 月 | | 木 | | 土 | 火 | | 金 | |
| 28 | 日 | しらこぼと姫カップ(越谷市立総合体育館) | 火 | | 金 | | 日 | 水 | | 土 | 東京都強化練習会 |
| 29 | 月 | 昭和の日 | 水 | | 土 | | 月 | 木 | 東京ジュニア選手権 (武蔵野の森総合スポーツプラザ) | 日 | |
| 30 | 火 | アジアジュニア選手権 (タシケント) | 木 | | 日 | | 火 | 金 | | 月 | |
| 31 | | | 金 | | | | 水 | 土 | | | |

備考

2024年度 ヒューマンRG年間予定表

後期

R6. 4現在

| 10 | | 11 | | 12 | | 1 | | 2 | | 3 | | | |
|----|---|------------|-----------------------|----|----------------------------------|---|------------------------|---|----------------------------|---|------------------------|---|----|
| 1 | 火 | 金 | | 日 | | 水 | 元旦 | 土 | | 土 | 全日本チャイルド選手権 (東京体育館) | ↑ | 1 |
| 2 | 水 | 土 | | 月 | | 木 | | 日 | | 日 | | ↓ | 2 |
| 3 | 木 | 日 | 文化の日 | 火 | | 金 | | 月 | | 月 | | | 3 |
| 4 | 金 | 月 | 振替休日 | 水 | | 土 | | 火 | | 火 | | | 4 |
| 5 | 土 | 火 | | 木 | 全日本ジュニア新体操選手権 (立川立飛アリーナ) | 日 | | 水 | | 水 | | | 5 |
| 6 | 日 | 水 | | 金 | | 月 | | 木 | | 木 | | | 6 |
| 7 | 月 | 木 | 全日本新体操選手権 (高崎アリーナ) | 土 | | 火 | | 金 | | 金 | | | 7 |
| 8 | 火 | 金 | | 日 | | 水 | | 土 | | 土 | | | 8 |
| 9 | 水 | 土 | | 月 | | 木 | | 日 | | 日 | | | 9 |
| 10 | 木 | 日 | | 火 | | 金 | | 月 | | 月 | | | 10 |
| 11 | 金 | 月 | | 水 | | 土 | | 火 | 建国記念の日 | 火 | | | 11 |
| 12 | 土 | 多摩合同新体操競技会 | 火 | 木 | | 日 | | 水 | | 水 | | | 12 |
| 13 | 日 | 水 | | 金 | | 月 | 成人の日 | 木 | | 木 | | | 13 |
| 14 | 月 | スポーツの日 | 木 | 土 | | 火 | | 金 | | 金 | | | 14 |
| 15 | 火 | 金 | | 日 | 東京都高体連新人大会 (駒場学園高校) | 水 | | 土 | | 土 | 第15回H演技発表会(東村山)予定 | | 15 |
| 16 | 水 | 土 | | 月 | | 木 | | 日 | | 日 | | | 16 |
| 17 | 木 | 日 | | 火 | | 金 | | 月 | | 月 | | | 17 |
| 18 | 金 | 月 | | 水 | | 土 | | 火 | | 火 | | | 18 |
| 19 | 土 | 火 | | 木 | | 日 | 東京都高体連種目別大会 (二階堂高校) | 水 | | 水 | | | 19 |
| 20 | 日 | 水 | | 金 | | 月 | | 木 | 全日本チャイルド選手権 (東京体育館) | 木 | 春分の日 | | 20 |
| 21 | 月 | 木 | | 土 | | 火 | | 金 | | 金 | | | 21 |
| 22 | 火 | 金 | | 日 | | 水 | | 土 | 草加ジュニア大会 (草加市健康都市記念体育館) | 土 | | | 22 |
| 23 | 水 | 土 | 勤労感謝の日 | 月 | | 木 | | 日 | 天皇誕生日 | 日 | 発表会予備日 | | 23 |
| 24 | 木 | 日 | | 火 | | 金 | | 月 | 振替休日 | 月 | | | 24 |
| 25 | 金 | 月 | | 水 | 東京都中体連種目別大会中1 (八王子エスフォルタアリーナ) | 土 | | 火 | | 火 | | | 25 |
| 26 | 土 | 火 | | 木 | 東京都中体連種目別大会中2 (八王子エスフォルタアリーナ) | 日 | | 水 | | 水 | 東京都強化練習会 | | 26 |
| 27 | 日 | 水 | | 金 | 町田フレンズカップ | 月 | | 木 | | 木 | | | 27 |
| 28 | 月 | 木 | | 土 | | 火 | | 金 | | 金 | | | 28 |
| 29 | 火 | 金 | | 日 | | 水 | | | | 土 | 春合宿(山中湖)未定 | | 29 |
| 30 | 水 | 土 | | 月 | | 木 | | | | 日 | | | 30 |
| 31 | 木 | | | 火 | 大晦日 | 金 | | | | 月 | | | 31 |

備考