

目指せ『



8月			9月			10月			11月		
1	月		1	木		1	土		1	火	
2	火		2	金		2	日		2	水	
3	水		3	土		3	月		3	木	
4	木		4	日		4	火		4	金	
5	金	大会100日前	5	月		5	水		5	土	
6	土		6	火		6	木		6	日	大会1週間前
7	日		7	水		7	金		7	月	
8	月		8	木		8	土		8	火	
9	火		9	金		9	日		9	水	
10	水		10	土		10	月		10	木	
11	木		11	日		11	火		11	金	
12	金		12	月		12	水		12	土	受付日
13	土		13	火		13	木		13	日	☆大会当日☆
14	日		14	水		14	金	大会30日前	14	月	
15	月		15	木		15	土		15	火	
16	火		16	金		16	日		16	水	
17	水		17	土		17	月		17	木	
18	木		18	日		18	火		18	金	
19	金		19	月		19	水		19	土	
20	土		20	火		20	木		20	日	
21	日		21	水		21	金		21	月	
22	月		22	木		22	土		22	火	
23	火		23	金		23	日		23	水	
24	水		24	土	大会50日前	24	月		24	木	
25	木		25	日		25	火		25	金	
26	金		26	月		26	水		26	土	
27	土		27	火		27	木		27	日	
28	日		28	水		28	金		28	月	
29	月		29	木		29	土		29	火	
30	火		30	金		30	日	大会2週間前	30	水	
31	水					31	月				

月計 km                      月計 km                      月計 km                      月計 km

