

## 別紙 4

令和4年度 6月 活動計画  
部活動名【 陸上競技部 】

日	曜	練習内容等 (公式戦・練習試合等)		場所	活動時間			計
1	水	練習			16:30	～	18:30	2:00
2	木	練習			16:30	～	18:30	2:00
3	金	試合	高校総体		5:30	～	17:00	11:30
4	土	試合	高校総体		7:00	～	16:00	9:00
5	日	試合	高校総体		7:00	～	17:00	10:00
6	月	休養				～		
7	火	練習			16:30	～	18:30	2:00
8	水	練習			16:30	～	17:30	1:00
9	木	練習			16:30	～	18:30	2:00
10	金	練習			16:30	～	18:30	2:00
11	土	練習			8:30	～	11:30	3:00
12	日	休養				～		
13	月	練習			16:30	～	18:30	2:00
14	火	練習			16:30	～	18:30	2:00
15	水	練習			16:30	～	17:30	1:00
16	木	練習			16:30	～	18:30	2:00
17	金	練習			16:30	～	18:30	2:00
18	土	練習			8:30	～	11:30	3:00
19	日	休養				～		
20	月	練習			16:30	～	18:00	1:30
21	火	練習			16:30	～	18:00	1:30
22	水	休養				～		
23	木	練習			16:30	～	18:00	1:30
24	金	休養			16:30	～	18:00	1:30
25	土	休養			8:30	～	10:30	2:00
26	日	試合	熊本陸協記録会兼国体2次予選		6:00	～	17:00	11:00
27	月	休養				～		
28	火	休養	期末考査			～		
29	水	休養	期末考査			～		
30	木	休養	期末考査			～		

休養日計画	日	活動時間計画	75:30
-------	---	--------	-------