

令和3年度 8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	日	休養日			～		
2	月	通常練習	学校	7:00	～	9:00	2:00
3	火	通常練習	合同合宿	14:00	～	17:00	3:00
4	水	通常練習	合同合宿	6:00	～	17:00	11:00
5	木	通常練習	合同合宿	6:00	～	8:00	2:00
6	金	通常練習	学校	7:00	～	8:30	1:30
7	土	公式戦	天草ナイター 市営陸上競技場	16:00	～	19:00	3:00
8	日	通常練習	市営陸上競技場	9:00	～	17:00	8:00
9	月	通常練習	市営陸上競技場	9:00	～	17:00	8:00
10	火	休養日			～		
11	水	通常練習	学校	12:00	～	14:30	2:30
12	木	休養日			～		
13	金	休養日			～		
14	土	休養日			～		
15	日	休養日			～		
16	月	通常練習	学校	7:30	～	9:30	2:00
17	火	通常練習	午前9:00まで、午後15:30から 市営陸上競技場	7:30	～	17:30	10:00
18	水	通常練習	学校	7:30	～	9:30	2:00
19	木	通常練習	市営陸上競技場	15:30	～	17:30	2:00
20	金	通常練習	市営陸上競技場	8:00	～	11:00	3:00
21	土	公式戦	天草選手権 市営陸上競技場	8:00	～	16:00	8:00
22	日	公式戦	天草選手権 市営陸上競技場	8:00	～	16:00	8:00
23	月	休養日			～		
24	火	通常練習	午前9:00まで、午後15:30から 市営陸上競技場	7:30	～	17:30	10:00
25	水	通常練習	午前9:00まで、午後15:30から 学校	7:30	～	17:30	10:00
26	木	通常練習	市営陸上競技場	7:30	～	9:30	2:00
27	金	通常練習	学校	7:30	～	10:00	2:30
28	土	通常練習	学校	7:30	～	10:00	2:30
29	日	休養日			～		
30	月	通常練習	学校	7:30	～	10:00	2:30
31	火	休養日			～		

休養日計画	9日	活動時間計画	105:30
-------	----	--------	--------

令和3年度 8月 活動報告
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	日	休養日			～		
2	月	通常練習	学校	7:00	～	9:00	2:00
3	火	通常練習	合同合宿	14:00	～	17:00	3:00
4	水	通常練習	合同合宿	6:00	～	17:00	11:00
5	木	通常練習	合同合宿	6:00	～	8:00	2:00
6	金	通常練習	学校	7:00	～	8:30	1:30
7	土	公式戦	天草ナイター 市営陸上競技場	16:00	～	19:00	3:00
8	日	通常練習	市営陸上競技場	9:00	～	17:00	8:00
9	月	通常練習	市営陸上競技場	9:00	～	17:00	8:00
10	火	休養日			～		
11	水	通常練習	学校	12:00	～	14:30	2:30
12	木	休養日			～		
13	金	休養日			～		
14	土	休養日			～		
15	日	休養日			～		
16	月	通常練習	学校	7:30	～	9:30	2:00
17	火	通常練習	午前9:00まで、午後15:30から 市営陸上競技場	7:30	～	17:30	10:00
18	水	通常練習	学校	7:30	～	9:30	2:00
19	木	通常練習	市営陸上競技場	15:30	～	17:30	2:00
20	金	通常練習	市営陸上競技場	8:00	～	11:00	3:00
21	土	公式戦	天草選手権 市営陸上競技場	8:00	～	16:00	8:00
22	日	公式戦	天草選手権 市営陸上競技場	8:00	～	16:00	8:00
23	月	休養日			～		
24	火	通常練習	午前9:00まで、午後15:30から 市営陸上競技場	7:30	～	17:30	10:00
25	水	通常練習	午前9:00まで、午後15:30から 学校	7:30	～	17:30	10:00
26	木	通常練習	市営陸上競技場	7:30	～	9:30	2:00
27	金	通常練習	学校	7:30	～	10:00	2:30
28	土	通常練習	学校	7:30	～	10:00	2:30
29	日	休養日			～		
30	月	通常練習	学校	7:30	～	10:00	2:30
31	火	休養日			～		

休養日	9日	活動時間	105:30
-----	----	------	--------