

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	7:30	～	9:30	2:00	
3	火	通常練習	午前9:00まで、午後15:30から	7:30	～	17:30	10:00	
4	水	休養日			～			
5	木	通常練習	市営陸上競技場	15:30	～	17:30	2:00	
6	金	通常練習	学校	7:30	～	10:30	3:00	
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	休養日			～			
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	休養日			～			
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	12日	活動時間計画	99:00
-------	-----	--------	-------

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	7:30	～	9:30	2:00	
3	火	通常練習	午前9:00まで、午後15:30から	7:30	～	17:30	10:00	
4	水	休養日			～			
5	木	通常練習	市営陸上競技場	15:30	～	17:30	2:00	
6	金	通常練習	学校	7:30	～	10:30	3:00	
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	休養日			～			
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	休養日			～			
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	12日	活動時間	99:00
-----	-----	------	-------