

別紙 4

令和5年度 4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	土	練習		市営競技場	8:30	～	11:30	3:00
2	日	休養				～		
3	月	練習		学校	8:30	～	11:30	3:00
4	火	練習		市営競技場	8:30	～	11:30	3:00
5	水	練習		学校	8:30	～	11:30	3:00
6	木	練習		市営競技場	8:30	～	11:30	3:00
7	金	練習		学校	8:30	～	11:30	3:00
8	土	練習		市営競技場	8:30	～	11:30	3:00
9	日	休養				～		
10	月	練習	始業式・入学式	学校	14:00	～	16:00	2:00
11	火	練習		市営競技場	16:30	～	18:30	2:00
12	水	練習	新入生テスト	学校	16:30	～	17:30	1:00
13	木	練習	歓迎遠足	市営競技場	16:30	～	18:30	2:00
14	金	練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
15	土	試合	天草市春季記録会	市営競技場	7:00	～	16:00	9:00
16	日	休養				～		
17	月	練習	代休	学校	8:30	～	11:30	3:00
18	火	練習		市営競技場	16:30	～	18:30	2:00
19	水	練習		学校	16:30	～	17:30	1:00
20	木	練習		市営競技場	16:30	～	18:30	2:00
21	金	練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
22	土	試合	県選手権(標準突破者のみ参加)	えがお健康スタジアム		～		
23	日	試合	県選手権(日曜日のみ全員参加)	えがお健康スタジアム		～		
24	月	練習	県選不出場者のみ練習	学校	8:30	～	11:30	3:00
25	火	練習		市営競技場	16:30	～	18:30	2:00
26	水	練習		学校	16:30	～	17:30	1:00
27	木	練習		市営競技場	16:30	～	18:30	2:00
28	金	練習		学校	16:30	～	18:30	2:00
29	土	練習		市営競技場	8:30	～	11:30	3:00
30	日	休養	体育大会			～		

休養日計画	日	活動時間計画	62:00
-------	---	--------	-------