

令和6年度 12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 | 練習 | 学校 | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 | |
| 3 | 火 | 練習 | あましんスタジアム | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 | |
| 4 | 水 | 練習 | 学校 | 16:30 | ～ | 18:00 | 1:30 | |
| 5 | 木 | 練習 | あましんスタジアム | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 | |
| 6 | 金 | 練習 | 学校 | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 | |
| 7 | 土 | 練習 | あましんスタジアム | 8:30 | ～ | 12:00 | 3:30 | |
| 8 | 日 | 休養日 | | | ～ | | | |
| 9 | 月 | 練習 | 代休 | あましんスタジアム | 8:30 | ～ | 12:00 | 3:30 |
| 10 | 火 | 練習 | あましんスタジアム | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 | |
| 11 | 水 | 練習 | 学校 | 16:30 | ～ | 18:00 | 1:30 | |
| 12 | 木 | 練習 | あましんスタジアム | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 | |
| 13 | 金 | 練習 | 学校 | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 | |
| 14 | 土 | 休養日 | 長距離走大会 | | ～ | | | |
| 15 | 日 | 休養日 | | | ～ | | | |
| 16 | 月 | 練習 | 学校 | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 | |
| 17 | 火 | 練習 | あましんスタジアム | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 | |
| 18 | 水 | 練習 | 1年生修学旅行 | 学校 | 16:30 | ～ | 18:00 | 1:30 |
| 19 | 木 | 練習 | 1年生修学旅行 | あましんスタジアム | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 |
| 20 | 金 | 練習 | 1年生修学旅行 | 学校 | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 |
| 21 | 土 | 練習 | あましんスタジアム | 8:30 | ～ | 12:00 | 3:30 | |
| 22 | 日 | 休養日 | | | ～ | | | |
| 23 | 月 | 練習 | 学校 | 16:30 | ～ | 18:30 | 2:00 | |
| 24 | 火 | 練習 | 終業式 | あましんスタジアム | 14:00 | ～ | 16:00 | 2:00 |
| 25 | 水 | 練習 | 学校 | 8:30 | ～ | 11:30 | 3:00 | |
| 26 | 木 | 練習 | あましんスタジアム | 8:30 | ～ | 11:30 | 3:00 | |
| 27 | 金 | 合同練習 | 城南地区高校合同合宿 | あましんスタジアム | 8:30 | ～ | 11:30 | 3:00 |
| 28 | 土 | 合同練習 | 城南地区高校合同合宿 | あましんスタジアム | 8:30 | ～ | 11:30 | 3:00 |
| 29 | 日 | 合同練習 | 城南地区高校合同合宿 | あましんスタジアム | 8:30 | ～ | 11:30 | 3:00 |
| 30 | 月 | 合同練習 | 城南地区高校合同合宿 | あましんスタジアム | 8:30 | ～ | 11:30 | 3:00 |
| 31 | 火 | 休養日 | | | ～ | | | |

| | | | |
|-------|----|--------|-------|
| 休養日計画 | 6日 | 活動時間計画 | 59:00 |
|-------|----|--------|-------|