

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
-------	----	--------	-------