

## 別紙4

令和7年度 7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	火	練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
2	水	休養日			～		
3	木	練習	あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
4	金	練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
5	土	大会補助	九州夏インカレ補助員	あましんスタジアム	9:00	～	15:00
6	日	大会補助	九州夏インカレ補助員	あましんスタジアム	9:00	～	15:00
7	月	練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
8	火	練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
9	水	休養日			～		
10	木	練習	あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
11	金	練習	あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
12	土	試合	国スポ最終予選大会	えがお健康スタジアム	9:00	～	15:00
13	日	試合	国スポ最終予選大会	えがお健康スタジアム	9:00	～	15:00
14	月	練習	学校	16:30	～	18:30	2:00
15	火	練習	あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
16	水	休養日			～		
17	木	練習	あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
18	金	練習	終業式	学校	14:00	～	16:00
19	土	練習	あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00
20	日	休養日			～		
21	月	練習	あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00
22	火	練習	学校	9:00	～	11:00	2:00
23	水	休養日			～		
24	木	練習	あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00
25	金	練習	学校	9:00	～	11:00	2:00
26	土	練習	あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00
27	日	休養日			～		
28	月	練習	学校	9:00	～	11:00	2:00
29	火	練習	あましんスタジアム	9:00	～	11:00	2:00
30	水	休養日			～		
31	木	練習	あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00

休養日計画	7日	活動時間計画	69:00
-------	----	--------	-------