

別紙 4

令和7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	月	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
2	火	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
3	水	休養日				～		
4	木	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
5	金	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
6	土	練習		あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00
7	日	休養日				～		
8	月	練習	代休(12/13)	学校	9:00	～	12:00	3:00
9	火	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
10	水	休養日				～		
11	木	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
12	金	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
13	土	休養日	長距離走大会			～		
14	日	休養日				～		
15	月	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
16	火	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
17	水	休養日				～		
18	木	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
19	金	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
20	土	練習		あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00
21	日	休養日				～		
22	月	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
23	火	練習	クラスマッチ	あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
24	水	休養日	終業式			～		
25	木	練習		学校	9:00	～	12:00	3:00
26	金	休養日				～		
27	土	合同練習		あましんスタジアム	13:00	～	16:00	3:00
28	日	合同練習		あましんスタジアム	9:00	～	16:00	7:00
29	月	合同練習		あましんスタジアム	9:00	～	16:00	7:00
30	火	合同練習		あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00
31	水	休養日				～		

休養日計画	10日	活動時間計画	58:00
-------	-----	--------	-------