

別紙 4

令和8年度 10月 活動計画
部活動名【 ①陸上競技部 】

日	曜	練習内容等 (公式戦・練習試合等)		場所	活動時間			計
1	木	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
2	金	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
3	土	練習		あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00
4	日	休養日				～		
5	月	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
6	火	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
7	水	休養日				～		
8	木	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
9	金	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
10	土	練習		あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00
11	日	休養日				～		
12	月	練習		あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00
13	火	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
14	水	休養日				～		
15	木	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
16	金	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
17	土	練習		あましんスタジアム	9:00	～	12:00	3:00
18	日	休養日				～		
19	月	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
20	火	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
21	水	休養日				～		
22	木	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
23	金	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
24	土	試合	秋季陸協会記録会	えがお健康スタジアム	9:00	～	17:00	8:00
25	日	休養日				～		
26	月	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
27	火	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
28	水	休養日				～		
29	木	練習		あましんスタジアム	16:30	～	18:30	2:00
30	金	練習		学校	16:00	～	18:00	2:00
31	土	練習	県高校駅伝	あましんスタジアム	9:00	～	15:00	6:00

休養日計画	8日	活動時間計画	60:00
-------	----	--------	-------