

[様式 2]

令和 7 年度 人吉市立第一中学校 陸上競技部 [6] 月の活動計画 [計画書]

日	曜	活動日に○	主な活動内容	活動時間	活動場所	備考
1	日	×				家庭の日
2	月	×				テスト前部活中止
3	火	×				テスト前部活中止
4	水	×				中間テスト
5	木	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	中間テスト
6	金	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	
7	土	○	熊本県中学陸上選手権大会	終日	えがお健康スタジアム	
8	日	○	熊本県中学陸上選手権大会	終日	えがお健康スタジアム	
9	月	×				
10	火	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	専門委員会
11	水	×				校内研修
12	木	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	
13	金	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	生徒総会
14	土	○	人吉高校における合同練習	午前中	人吉高校	
15	日	×				
16	月	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	専門委員会
17	火	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	
18	水	×				校内研修
19	木	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	
20	金	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	
21	土	○	伊佐市陸上競技場での練習	午前中	調整中	球磨人吉中体連
22	日	○	長距離のみ	午前中	学校周辺	球磨人吉中体連
23	月	×				指定休業日
24	火	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	
25	水	×				
26	木	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	
27	金	○	練習	～ 18 : 20	グラウンド	
28	土	○	通信陸上大会	終日	えがお健康スタジアム	
29	日	○	通信陸上大会	終日	えがお健康スタジアム	
30	月	×				

※ 練習試合や大会等については、別途計画で示します。

活動日 19 日	→	活動内容	練習 16 日
休養日 11 日		練習試合	1 回
		大会	2 大会
		その他	日

校長
確認

※提出時にチェック

☒	部活動指針に沿って計画した。
-------------------------------------	----------------