

[様式2]

令和7年度 人吉市立第一中学校 陸上部 [11]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	土	○	練習	8:00～11:00	一中グラウンド	
2	日	×				家庭の日
3	月	○	練習	8:00～11:00	一中グラウンド	文化の日
4	火	○	練習	16:20～17:30	一中グラウンド	耕心祭取組
5	水	×				耕心祭取組
6	木	○	長距離女子のみ	県中体連駅伝競走大会	一中グラウンド	振替休業日
7	金	○	長距離女子のみ	県中体連駅伝競走大会	一中グラウンド	耕心祭取組 県中体連駅伝
8	土	×				耕心祭取組
9	日	×				耕心祭
10	月	×				振替休業日
11	火	○	練習	16:20～17:30	一中グラウンド	
12	水	×				後期中間テスト(3年生)
13	木	○	練習	16:20～17:30	一中グラウンド	後期中間テスト(3年生)
14	金	○	練習	16:20～17:30	一中グラウンド	後期中間テスト(3年生)
15	土	×				
16	日	×				
17	月	×				
18	火	×				専門委員会
19	水	×				
20	木	×				後期中間テスト(1・2年生)
21	金	○	練習	16:20～17:30	一中グラウンド	後期中間テスト(1・2年生)
22	土	○	中長距離選手権大会	終日	えがお健康スタジアム	
23	日	×				勤労感謝の日
24	月	×				振替休日
25	火	○	練習	16:20～17:30	一中グラウンド	
26	水	×				
27	木	○	練習	16:20～17:30	一中グラウンド	
28	金	○	練習	16:20～17:30	一中グラウンド	
29	土	○	練習	8:30～11:30	一中グラウンド	
30	日	×				

※ 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 14 日	→	活動内容	練習 11 日
休養日 16 日			練習試合 0 回
			大会 3 日
			その他 0 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。